

**PENINGKATAN KEMAMPUAN MELEMPAR DALAM PEMBELAJARAN  
ROUNDERS DENGAN BENTUK BERMAIN MELEMPAR KE BERBAGAI  
SASARAN BAGI SISWA KELAS V SD NEGERI DENGOK 1  
KECAMATAN PLAYEN GUNUNGKIDUL**

**SKRIPSI**

**Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan  
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan**



**Disusun Oleh :  
Dwi Suryanto  
NIM : 13604227013**

**PEROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENJAS  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
TAHUN 2015**

## **PERSETUJUAN**

Skripsi yang berjudul “Peningkatan Kemampuan Melempar dalam Pembelajaran Ronders dengan Bentuk Bermain Melempar ke Berbagai Sasaran bagi Siswa Kelas V SD Negeri Dengok 1 Kecamatan Playen Gunungkidul” , yang disusun oleh Dwi Suryanto, NIM. 13604227013 ini telah di setujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, Oktober 2015  
Pembimbing



Sridadi, M. Pd

NIP. 19611230 198803 1 001

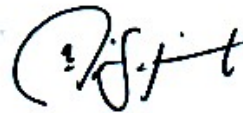
## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Peningkatan Kemampuan Melempar dalam Pembelajaran Ronders dengan Bentuk Bermain Melempar ke Berbagai Sasaran bagi Siswa Kelas V SD Negeri Dengok 1 Kecamatan Playen Gunungkidul” , yang disusun oleh Dwi Suryanto, NIM. 13604227013, benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, Oktober 2015

Yang menyatakan



Dwi Suryanto

NIM. 13604227013

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Peningkatan Kemampuan Melempar dalam Pembelajaran Ronders dengan Bentuk Bermain Melempar ke Berbagai Sasaran bagi Siswa Kelas V SD Negeri Dengok 1 Kecamatan Playen Gunungkidul” , yang disusun oleh Dwi Suryanto, NIM. 13604227013 telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, tanggal 13 Nopember 2015 dan dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI			
Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Sridadi, M.Pd	Ketua Penguji		13/1/2016
Nurhadi Santoso, M.Pd	Sekretaris Penguji		12/1/2016
Dr. Panggung Sutapa	Penguji I (Utama)		11/1/2016
Hari Yulianto, M.Kes	Penguji II (Pendamping)		7/1/2016

Yogyakarta, Januari 2015

Fakultas Ilmu Keolahragaan

Dekan



Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed.

NIP. 19640707 198812 1 001

## MOTTO

1. “*Fastabiqul khoiroot*” “Berlomba-lombalah dalam berbuat baik.” (QS. Al-Baqoroh: 148)
2. Berhentilah menyalahkan, menggerutu, mencari kambing hitam atau mengeluh berkepanjangan (Spirit of success: 18)

## PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan syukur Alhamdulillah, kupersembahkan karya ini untuk orang yang kusayangi:

1. Kedua orang tuaku tercinta Bapak Adi Sukamtar dan Ibu Semi Hartini terima kasih atas ketulusan hati kalian yang selalu mendoakan dan memberi motivasi untuk selesainya studi ini. Tak pernah cukupku membalas cinta kedua orang tuaku.
2. Istriku tercinta Dianti Eka Laila yang selalu mendoakan dan menyemangati setiap waktu dalam hidupku, atas semua pengorbanan dan kesabaranmu mengantarkanku sampai kini.
3. Buat anakku, Almaira Munisa Wideasari dan Al Rasyid An Naffi Zul Ikhrum yang selalu menjadi motivasi terbesar dalam hidupku, dan dalam pembuatan skripsi ini.

**PENINGKATAN KEMAMPUAN MELEMPAR DALAM PEMBELAJARAN  
ROUNDERS DENGAN BENTUK BERMAIN MELEMPAR KE BERBAGAI  
SASARAN BAGI SISWA KELAS V SD NEGERI DENGOK 1  
KECAMATAN PLAYEN GUNUNGKIDUL**

Oleh:

Dwi Suryanto

NIM. 13604227013

**ABSTRAK**

Siswa saat melakukan melempar dalam pembelajaran ronders akurasi dan kekuatan kurang baik . Penelitian ini bertujuan untuk mendiskripsikan proses peningkatan hasil belajar melempar dalam pembelajaran ronders melalui pendekatan bermain melempar ke berbagai sasaran pada siswa kelas V SDN Dengok 1 UPT TK dan SD Kecamatan Playen Gunungkidul.

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas V SDN Dengok 1 UPT TK dan SD Kecamatan Playen Gunungkidul dengan jumlah total 16 siswa. Instrumen yang digunakan yaitu tes unjuk kerja, pengetahuan dan sikap. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskripsi kualitatif .

Berdasar hasil penelitian dapat disimpulkan peningkatan hasil kemampuan melempar melalui bermain melempar ke berbagai sasaran pada siswa kelas V SDN Dengok 1 UPT TK dan SD Kecamatan Playen Gunungkidul ditandai dengan peningkatan nilai rata-rata unjuk kerja, pengetahuan dan sikap siswa. Nilai rata-rata siswa pada pratindakan sebesar 69,35 dengan persentase ketuntasan sebesar 25 % . Kondisi tersebut mengalami peningkatan nilai rata-rata siswa pada siklus I yaitu sebesar 73,69 dan persentase ketuntasan sebesar 44% . Kemudian melanjutkan ke siklus II nilai rata-rata siswa kembali mengalami peningkatan sebesar 82,46 dengan persentase ketuntasan sebesar 81% . Hal ini menunjukkan bahwa target yang telah ditetapkan sebelumnya telah tercapai sehingga penelitian dihentikan pada siklus II. Kemampuan melempar peserta didik meningkat dengan ditandai dengan 81% peserta didik tuntas KKM.

*Kata kunci: ronders,melempar,metode bermain ,bermain melempar ke berbagai sasaran*

## KATA PENGANTAR

Hanya patut bersyukur kepada Allah S.W.T, karena atas kasih dan rahmatNya sehingga penyusunan tugas akhir skripsi dengan judul “ Peningkatan Kemampuan Melempar Dalam Pembelajaran Rounders dengan Bentuk Bermain Melempar ke Berbagai Sasaran bagi Kelas V Sekolah Dasar Negeri Dengok I Playen Kabupaten Gunungkidul”, dapat diselesaikan dengan lancar.

Selesainya penyusunan tugas akhir skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini disampaikan ucapan terima kasih sebesar – besarnya kepada yang terhormat:

1. Bapak Prof. Dr. Rochmat Wahab, M. Pd, M. A., Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk belajar di Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Bapak Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed., Dekan Fakultas ilmu keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan ijin penelitian.
3. Bapak Drs.Amat Komari, M,Si., Ketua Jurusan POR Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta, yang telah dengan ikhlas memberikan ilmu, tenaga, dan waktunya untuk selalu memberikan yang terbaik.
4. Bapak Drs. Sriawan , M.Kes., Ketua Prodi PGSD Penjas, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kemudahan dan fasilitas.



5. Bapak Sridadi,M.Pd., Pembimbing skripsi, yang telah dengan ikhlas memberikan ilmu, tenaga, dan waktunya untuk selalu memberikan yang terbaik dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Ibu Drs.Sri Mawarti,M.Pd, Penasehat Akademik, yang telah dengan ikhlas memberikan ilmu, tenaga, dan waktunya untuk selalu memberikan yang terbaik.
7. Kepala Sekolah, Guru, dan siswa Sekolah Dasar Negeri Dengok I Playen Gunungkidul yang telah memberikan kesempatan, waktu, dan tempat untuk melaksanakan penelitian.
8. Saudara Dewa Leo Pramana, S.Pd dan Pendi Aprianto,S.Pd., Kulabulator yang telah dengan ikhlas memberikan saran dan masukan selama melakukan penelitian.
9. Semua pihak yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

Penulis menyadari bahwa Tugas Akhir ini masih sangat jauh dari sempurna, baik penyusunannya maupun penyajiannya disebabkan oleh keterbatasan pengalaman dan pengetahuan yang dimiliki penulis. Akhir kata semoga tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi pembaca yang budiman.

Yogyakarta, Nopember 2015

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	i
<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	ii
<b>SURAT PERNYATAAN .....</b>	iii
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	iv
<b>MOTTO .....</b>	v
<b>PERSEMBAHAN .....</b>	vi
<b>ABSTRAK .....</b>	vii
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	viii
<b>DAFTAR ISI .....</b>	x
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	xii
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	xiii
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	xiv
<b>BAB I. PENDAHULUAN .....</b>	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	5
C. Batasan Masalah .....	5
D. Rumusan Masalah .....	6
E. Tujuan Penelitian .....	6
F. Manfaat Penelitian .....	6
<b>BAB II. KAJIAN PUSTAKA .....</b>	7
A. Deskripsi Teori .....	7
1. Hakikat Pembelajaran .....	7
2. Hakikat Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesatan .....	10
3. Standar Kompetensi dan Kompetensi Dasar .....	12
4. Hakikat Melempar .....	14
5. Hakikat Roundres .....	16
6. Hakikat Bermain .....	17
7. Bentuk Bermain Melempar ke Berbagai Sasaran.....	20
8. Perkembangan Melempar .....	29
B. Penelitian yang Relevan .....	32
C. Kerangka Berpikir .....	33
D. Hipotesis Tindakan .....	33
<b>BAB III. METODE PENELITIAN.....</b>	
A. Jenis Penelitian .....	34
B. Kehadiran dan Subyek Peneliti di Lapangan.....	36
C. Tempat dan waktu Penelitian .....	36

D. Teknik Pengumpulan Data .....	36
E. Instrumen Penelitian .....	38
F. Analisis Data .....	43
G. Kriteria Keberhasilan Tindakan .....	44
H. Prosedur Penelitian .....	46
I. Tes Kemampuan Melempar .....	49
<b>BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>51</b>
A. Hasil Penelitian .....	51
1. Sebelum Tindakan .....	51
2. Siklus I .....	55
3. Siklus II .....	63
B. Pembahasan .....	70
<b>BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>76</b>
A. Kesimpulan .....	76
B. Keterbatasan Penelitian.....	76
C. Saran .....	76
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>78</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>81</b>

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Standar Kompetensi dan Kompetensi Dasar .....	12
Tabel 2. Instrumen Penilaian Afektif .....	39
Tabel 3. Instrumen Penilaian Kognitif.....	40
Tabel 4. Instrumen penilaian Psikomotor.....	40
Tabel 5. Lembar Observasi Kelas Terhadap Guru Dalam Pembelajaran .....	42
Tabel 6. Pedoman Ketuntasan Individu dalam Persen .....	45
Tabel 7. Pedoman Ketuntasan Klasikal dalam Persen.....	45
Tabel 8. Tabel Penilaian Kognitif siswa Pra tindakan.....	52
Tabel 9. Tabel Penilaian Afektif siswa Pra tindakan.....	52
Tabel 10. Tabel Penilaian Psikomotor siswa Pra tindakan.....	53
Tabel 11. Hasil Ketuntasan Belajar Rounders Siswa Pra Tindakan.....	54
Tabel 12. Tabel Penilaian Kognitif siswa Siklus I.....	58
Tabel 13. Tabel Penilaian Afektif siswa Siklus I.....	59
Tabel 14. Tabel Penilaian Pesikomotor siswa Siklus I.....	60
Tabel 15. Hasil Ketuntasan Belajar Rounders Siswa Siklus I.....	61
Tabel 16. Tabel Penilaian Kognitif siswa Siklus II.....	66
Tabel 17. Tabel Penilaian Afektif siswa Siklus II.....	67
Tabel 18. Tabel Penilaian Pesikomotor siswa Siklus II.....	68
Tabel 19. Hasil Ketuntasan Belajar Rounders Siswa Siklus II.....	69

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Lapangan Permainan Melempar dan Mengelak .....	21
Gambar 2. Lapangan Permainan Bola Batas .....	22
Gambar 3. Lapangan Permainan Mengeluarkan Botol Aqua dari dalam Petakan	25
Gambar 4. Lapangan Permainan Pelempar Jitu .....	26
Gambar 5. Lapangan Permainan Menyerang Pertahanan .....	27
Gambar 6. Melempar Bola Melambung .....	30
Gambar 7. Melempar Bola Meyusur Tanah .....	31
Gambar 8. Melempar Bola Mendatar .....	31
Gambar 9. Model Penelitian Tindakan Kelas Kemmis & MC. Taggart .....	35
Gambar 10. Grafik Peningkatan Hasil Belajar Rounders Siswa.....	73

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian dari Fakultas.....	82
Lampiran 2. Surat Ijin dari SEKDA DIY .....	83
Lampiran 3. Surat Ijin Dari Pemerintah Kabupaten Gunungkidul .....	84
Lampiran 4. Surat Keterangan Penelitian dai SD Negeri Dengok I.....	85
Lampiran 5. Data Kolabulator.....	86
Lampiran 6. Hasil Observasi Kelas terhadap Guru oleh Kolabulator .....	88
Lampiran 7. Bentuk-bentuk Bermain Melempar ke Berbagai Sasaran .....	91
Lampiran 8. Siklus I .....	98
Lampiran 9. Siklus II .....	106
Lampran 10. Dokumentasi .....	114

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Pelaksanaan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan sebuah investasi jangka panjang dalam upaya pembinaan mutu sumberdaya manusia Indonesia. Hasil yang diharapkan itu akan dicapai dalam waktu yang lama. Oleh karena itu, upaya pembinaan bagi peserta didik melalui pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan perlu terus dilakukan dengan kesabaran dan keikhlasan untuk memperoleh hasil yang maksimal. Pendidikan jasmani dan Kesehatan menurut Sisdiknas (2009: 4) adalah:

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup, pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan yang diajarkan di sekolah memiliki peranan sangat penting, yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang terpilih yang dilakukan secara sistematis.

Olahraga perlu ditingkatkan dan disebarluaskan diseluruh pelosok tanah air dalam rangka memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat dengan tujuan untuk mencapai terwujudnya manusia Indonesia seutuhnya yang selaras, serasi, seimbang antara pertumbuhan jasmani dan perkembangan

rohani. Menjadi manusia Indonesia yang kuat, sehat, segar, terampil, cerdas, bersemangat, disiplin, berprestasi berkepribadian, dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, serta mempererat persahabatan antar bangsa-bangsa di dunia, serta menjunjung tinggi kebesaran olahraga dan martabat bangsa (Depdiknas, 2004 : 2-3).

“Fungsi Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar mempunyai peran penting dalam pembinaan, pengembangan individu maupun kelompok dalam pembentukan gerak dasar, pertumbuhan perkembangan jasmani, mental, sosial, serta emosional, yang serasi, selaras dan seimbang”. Oleh karena itu, menurut Depdikbud (1999: 2) pendidikan jasmani dan kesehatan di sekolah dasar lebih diletakan untuk :

- 1) Memenuhi kebutuhan siswa dalam bergerak, 2) Merangsang pertumbuhan dan perkembangan jasmani, 3) Membentuk kemampuan dasar, 4) Meningkatkan kebugaran jasmani dan kesehatan, 5) Menghindarkan diri dari penyakit kurang gerak dan meningkatkan daya tahan tubuh terhadap penyakit, 6) Menggairahkan belajar, menghindari kejenuhan dan stress dalam belajar, 7) Menanamkan disiplin, kerja sama, sportivitas dan perilaku patuh terhadap peraturan dan ketentuan yang berlaku, 8) Mananamkan daya tangkap terhadap pengaruh buruk dari luar.

Kutipan di atas dapat dijabarkan bahwa pendidikan jasmani mempunyai peranan yang sangat penting pada pendidikan sosial, sebab penjaskes mempunyai sifat universal yang artinya tidak membedakan suatu suku, kepercayaan, jenis kelamin, dan tingkat sosial dalam keluarga siswa. Pendidikan jasmani dan kesehatan merupakan suatu bentuk pendidikan individu atau siswa yang mengutamakan kapasitas fisik untuk meningkatkan kebugaran jasmani dan rohani.



Belajar bermacam-macam cabang olahraga, seorang siswa/ atlet dituntut mempunyai kemampuan teknik, taktik, atau strategi permainan serta kemampuan membuat latihan yang tepat dan juga dibutuhkan kemampuan untuk memecahkan masalah. Oleh karena itu, metode latihan yang diberikan pada siswa disusun sesuai dengan petunjuk yang baik dan benar. Selain itu juga jangan dilupakan faktor-faktor penunjang yang lain seperti mental, motivasi, sikap dan kepribadian, makanan yang berkalori dan bergizi serta adanya keseimbangan antara kegiatan dan istirahat.

Ronders termasuk permainan bola kecil yang dalam semester 2 di kurikulum 2006 mendapatkan alokasi waktu 3 kali pertemuan. Setiap pertemuan 2 kali 35 menit sehingga waktu yang dibutuhkan masih sangat kurang jika dilakukan dengan mengedril kemampuan melempar saja. Maka guru harus pintar-pintar mengelola waktu dalam pembelajaran.

Raunders merupakan olahraga yang dilakukan secara team atau beregu. Setiap team terdiri dari 12 pemain inti dan berapa pemain cadangan. Rounders termasuk dalam permainan bola kecil. Ronders biasanya dilakukan dalam pembelajaran pada siswa kelas atas. Ronders terbagi menjadi beberapa ining atau babak. Rounders merupakan kegiatan jasmani yang terdiri dari gerakan–gerakan dinamis dan harmonis.

Rounders merupakan permainan yang sangat menyenangkan dan tidak terlalu membahayakan bagi peserta didik. Cara mematikan lawan tidak boleh dilemparkan, tetapi hanya dengan membakar *base* dan mengetik atau menyentuh badan pemain yang akan ke base berikutnya. Dimainkan secara

baik dan benar, dan memahami peraturan-peraturan dalam permainan rounders maka permainan ronders akan menarik.

Kemampuan dasar lempar tangkap harus sudah dikuasai oleh siswa kelas atas karena sudah sejak kelas bawah sudah dilakukan dengan baik. Siswa-siswa kelas lima di SD Negeri Dengok 1 kurang baik saat melakukan melempar dalam permainan ronders. Saat melempar bola siswa-siswa kelas lima masih jauh ketepatannya atau akurasinya.

Pembelajaran permainan rounders siswa kelas lima SD Negeri Dengok 1 kurang memahami peraturan-peraturan permainan. Bagaimana cara mematikan lawan. Siswa masih terpengaruh dengan peraturan dalam permainan Kasti. Sehingga bola sering dilepas saat mematikan lawan. Tidak segera menginjak base yang akan dituju oleh pemukul.

Permainan rounders kurang menarik untuk dilihat, karena kemampuan siswa dalam pembelajaran rounders masih sangat minim. Siswa lebih memilih permainan kasti yang sudah terbiasa dilakukan selama ini. Jika dibiarkan begitu saja kemampuan anak-anak didik dalam permainan bola kecil kurang variatif. Seorang guru harus berusaha agar anak didik dapat melakukan permainan bola kecil yang lain tidak hanya kasti saja.

Keadaan seperti ini mungkin dapat teratasi dengan guru terus berinovasi mencari cara yang baik agar anak didik dapat melaksanakan pembelajaran permainan ronders dengan baik. Dengan cara bermain anak menjadi senang dan mempunyai semangat untuk melakukan permainan ini. Banyak permainan yang ada di masyarakat sekitar, baik permainan tradisional maupun permainan

modifikasi seperti: mengeluarkan botol aqua dari dalam petakan, pelempar jitu, melempar dan mengelak, menyerang pertahanan dan lain-lain. Permainan tradisional maupun permainan modifikasi ini mungkin dapat meningkatkan kemampuan gerak dasar melempar dalam permainan rounders.

Setiap pemain harus memiliki kemampuan yang baik dalam melempar bola. Dengan memiliki kemampuan yang baik dalam melempar maka regu penjaga akan mudah dalam mematikan regu pemukul. Sehingga akurasi dalam melempar sangat diperlukan dalam permainan rounders karena lapangan dalam pembelajaran rounders sangat luas.

Berdasarkan hal tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Upaya Peningkatan Kemampuan Melempar dalam Pembelajaran Rounders dengan Bentuk Bermain Melempar ke Berbagai Sasaran pada Siswa Kelas V SD Negeri Dengok 1 Kecamatan Playen”

## **B. Identifikasi Masalah**

1. Kemampuan melempar siswa kelas lima yang kurang baik yaitu akurasi dan kekuatannya sehingga melempar masih jauh
2. Siswa masih kesulitan dalam memahami peraturan permainan rounders. seperti mematikan lawan, penskoran.

## **C. Batasan Masalah**

Permasalahan dalam pembelajaran permainan rounders sangat luas.

Peneliti membatasi masalah yang diteliti tentang meningkatkan kemampuan melempar dalam permainan rounders. Pada penelitian ini subjek yang digunakan adalah siswa kelas V SD Negeri Dengok I Kecamatan Playen.

#### **D. Rumusan Masalah**

Apakah Bermain Melempar ke Berbagai Sasaran dapat meningkatkan kemampuan melempar dalam permainan rounders untuk siswa kelas V SD Negeri Dengok I Kecamatan Playen.

#### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah agar kemampuan melempar dalam permainan rounders siswa kelas 5 SDN Dengok 1 menjadi lebih baik atau meningkat.

#### **F. Manfaat Penelitian**

##### **1. Teoritis**

Sebagai sumbangan yang berguna bagi perkembangan ilmu pendidikan terutama pada proses pembelajaran Rounders.

##### **2. Praktis**

###### **a. Sekolah**

Sebagai bahan masukan bagi sekolahan untuk memperbaiki proses pembelajaran Rounders.

###### **b. Siswa**

Membantu siswa meningkatkan kemampuan gerak dasar dalam olahraga Rounders.

###### **c. Masyarakat**

Agar generasi yang akan datang memiliki kemampuan olahraga yang baik.

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Deskripsi Teori**

##### **1. Hakikat Pembelajaran**

###### **a. Pengertian Pembelajaran**

Pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Pembelajaran merupakan bantuan yang diberikan pendidik agar dapat terjadi proses perolehan ilmu dan pengetahuan, penguasaan kemahiran dan tabiat, serta pembentukan sikap dan kepercayaan pada peserta didik. Pembelajaran adalah proses untuk membantu peserta didik agar dapat belajar dengan baik. (<http://id.wikipedia.org/wiki/pembelajaran>).

Pembelajaran terdiri dari proses mengajar dan belajar, dimana mengajar dan belajar merupakan suatu proses yang saling berkaitan. Berkaitan dengan pembelajaran, menurut Toeti Soekanto (1996: 78) mengemukakan tentang model pembelajaran yaitu :

Kerangka konseptual yang melukiskan prosedur yang sistematis dalam mengorganisasikan pengalaman belajar untuk mencapai tujuan belajar tertentu dan berfungsi sebagai pedoman bagi para perancang pembelajaran dan para pengajar dalam merencanakan dan melaksanakan aktivitas belajar dan mengajar. Dengan demikian belajar mengajar benar-benar merupakan kegiatan bertujuan yang tertata secara sistematis.

Sedangkan pembelajaran menurut Sudjana yang dikutip Sugihartono, dkk., (2007: 80) merupakan setiap upaya yang dilakukan dengan sengaja oleh pendidik yang dapat menyebabkan peserta didik

melakukan kegiatan belajar. Pembelajaran sebagai usaha untuk menciptakan sistem lingkungan yang mengoptimalkan kegiatan belajar. Menurut Saidiharjo (2004: 12) mengartikan bahwa, pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada lingkungan belajar.

Berdasarkan pengertian belajar dan pembelajaran di atas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran merupakan suatu upaya yang dilakukan dengan sengaja oleh pendidik untuk menyampaikan ilmu pengetahuan, mengorganisasi, dan menciptakan sistem lingkungan dengan berbagai metode sehingga siswa dapat melakukan kegiatan belajar secara efektif dan efisien serta dengan hasil optimal. Sedangkan pembelajaran ronders adalah upaya guru menyampaikan ilmu pendidikan, mengorganisasi, dan menciptakan sistem lingkungan dengan berbagai metode sehingga siswa dapat melakukan kegiatan ronders secara efektif dan efisien.

#### **b. Tujuan Pembelajaran**

Proses pembelajaran terdapat komponen siswa dalam proses belajar dan guru yang memberikan materi pembelajaran (mengajar). Untuk menyajikan seperangkat kegiatan pembelajaran yang bertujuan untuk tercapainya tujuan yang diinginkan, salah satunya menerapkan metode pembelajaran yang baik dan tepat. Metode pembelajaran yang diterapkan mengacu pada pertemuan yang terarah dan pemecahan masalah tersebut merupakan pendekatan yang membantu tercapainya tujuan dengan mengacu pada metode pembelajaran yang terkendali, dengan seksama

menyusun seri-seri pembelajaran yang memberi urutan pembelajaran terhadap tujuan yang telah dirumuskan.

Menurut Vina Sanjaya, (2010: 86) menyatakan bahwa, tujuan pembelajaran adalah kemampuan (kompetensi) atau ketrampilan yang diharapkan dapat dimiliki setelah mereka melakukan proses pembelajaran tertentu.

### **c. Metode Pembelajaran Pendidikan Jasmani**

Guru selalu dihadapkan pada berbagai hal yang memerlukan pengambilan keputusan sehubungan dengan tugasnya baik sebelum, selama maupun sesudah terjadinya proses belajar mengajar. Pembelajaran Pendidikan Jasmani bersuasana Sekolah Dasar menurut Rusli Lutan, (2004: 1.42) adalah:

Berorientasi pada peserta didik yang memadukan aspek tujuan, materi, metode dan evaluasi dengan karakteristik anak yang berbeda dalam kaitannya dengan usia dan kemampuan, dimana guru harus mampu menyesuaikan materi, metode dengan karakteristik kelas yang berbeda meskipun sudah ada KTSP Pendidikan Jasmani namun dalam pelaksanaannya program dan kegiatannya bersifat fleksibel dan dinamis.

Menurut Huston yang dikutip Udin S. Winataputra, dkk (1997:11. 19) yang termasuk metode mengajar umum adalah: "*lectur, questioning, drill land practice, grouping, and discovery/ inquiry*". Maksudnya ialah ceramah, bertanya, drili dan latihan, belajar kelompok, dan penelitian. Tiga metode pertama termasuk metode yang terpusat pada guru sedangkan yang dua terakhir termasuk metode yang terpusat pada siswa.

Proses Pembelajaran adalah salah satu kegiatan yang dilakukan pada dunia pendidikan pada umumnya. Menurut Fontana yang dikutip Udin S, WinataPutra, (2004: 2) bahwa belajar adalah proses perubahan yang relatif tetap dalam perilaku individu sebagai dari hasil pengalaman. Proses belajar akan terjadi apabila siswa melakukan kegiatan untuk mempelajari segala sesuatu yang ada di lingkungannya, melalui manusia, hewan, tumbuhan maupun benda-benda lain yang dijadikan bahan belajar. Setiap aktivitas belajar akan menghasilkan perubahan-perubahan, yang dapat berupa tingkah laku, kecakapan, sikap, minat, nilai maupun pola beraktivitas. Perubahan Sebagai hasil belajar biasanya merupakan peningkatan kearah yang lebih baik.

Pembelajaran menurut Rmiszowki dan Lingren sebagaimana dikutip Udin S, Winataputra (2004: 2, 52) adalah proses membuat orang melakukan proses belajar sesuai dengan rancangan. Lingkungan sistem pendidikan mencakup tiga faktor menentukan, yaitu:

- (1) Siswa, Sebab tanpa ada siswa tidak terjadi proses belajar;
- (2) Proses belajar, yaitu apa saja yang dihayati oleh siswa pada saat mereka belajar, bukan apa yang harus dilakukan guru untuk mengajarkan materi pelajaran, tetapi apa yang akan dilakukan oleh siswa untuk mempelajarinya;
- (3) Situasi belajar, yaitu lingkungan tempat terjadinya proses belajar.

## **2. Hakikat Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan**

Pendidikan jasmani dan kesehatan adalah bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan melalui kegiatan jasmani yang bertujuan mengembangkan individu secara gerak dasar, ketrampilan, pengetahuan, sikap. Menurut Undang-undang Republik Indonesia. (2003: 20) tentang:



Sistem Pendidikan Nasional, pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warganegara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Menurut kurikulum 2004 yang dikutip Toto Subroto. (2007) disebutkan bahwa “Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, ketrampilan berpikir kritis, stabilitas emosional, ketrampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui kegiatan aktifitas jasmani dan olahraga”.

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani; kerampilan gerak; ketrampilan berpikir kritis; ketrampilan sosial; stabilitas emosional; pola hidup sehat; serta pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga, dan kesehatan yang direncanakan secara sistematis (Wagino, dkk, 2010: 1).

Permendiknas Nomer 22 Tahun 2006 menjelaskan bahwa Kelompok mata pelajaran jasmani, olahraga dan kesehatan pada SD/MI/SDLB dimaksudkan untuk meningkatkan potensi fisik serta menanamkan sportivitas dan kesadaran hidup sehat.

Pendidikan jasmani menurut Baley dan Field yang dikutip oleh Siti Safariatun (2008: 1.6) menjelaskan Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan melalui pemilihan aktivitas fisik yang akan menghasilkan

adaptasi organik, syaraf otot, intelektual, sosial, kultural, emosional, dan estetik.

“Fungsi Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar mempunyai peran penting dalam pembinaan, pengembangan individu maupun kelompok dalam pembentukan gerak dasar, pertumbuhan perkembangan jasmani, mental, sosial, serta emosional, yang serasi, selaras dan seimbang”. Oleh karena itu, pendidikan jasmani dan kesehatan di sekolah dasar lebih diletakan untuk:

- a. Memenuhi kebutuhan individu dalam bergerak
- b. Merangsang pertumbuhan dan perkembangan jasmani
- c. Membentuk kemampuan dasar
- d. Meningkatkan kebugaran jasmani dan kesehatan
- e. Menghindarkan diri dari penyakit kurang gerak dan meningkatkan daya tahan tubuh terhadap penyakit.
- f. Menggairahkan belajar, menghindari kejenuhan dan stress dalam belajar
- g. Menanamkan disiplin, kerja sama, sportivitas dan perilaku patuh terhadap peraturan dan ketentuan yang berlaku.
- h. Mananamkan daya tangkap terhadap pengaruh buruk dari luar (Depdikbud, 1999: 2)

### 3. Standar Kompetensi dan Kompetensi dasar

Tabel 1. Standar Kompetensi dan Kompetensi dasar Kelas V semester 2

Smt	No	Standar Kompetensi	Kompetensi Dasar
2	6	<i>Mempraktikkan berbagai variasi gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya</i>	<p>6.1 Mempraktikkan variasi teknik dasar salah satu permainan dan olahraga bola besar, serta nilai kerja sama, sportivitas, dan kejujuran**)</p> <p>6.2 Mempraktikkan variasi teknik dasar ke dalam modifikasi permainan bola kecil, serta nilai kerja sama, sportivitas, dan kejujuran**)</p> <p>6.3 Mempraktikkan variasi teknik dasar atletik yang dimodifikasi, serta nilai semangat, sportivitas, kerjasama, percaya diri dan kejujuran**)</p>

Lanjutan tabel 1. Standar Kompetensi dan Kompetensi Dasar

Smt	No	Standar Kompetensi	Kompetensi Dasar
2	7	<i>Mempraktikkan latihan dasar kebugaran jasmani dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya</i>	<p>7.1 Mempraktikkan aktivitas untuk kekuatan otot-otot anggota badan bagian bawah, serta nilai kerja keras, disiplin, kerjasama, dan kejujuran</p> <p>7.2 Mempraktikkan aktivitas untuk kelincahan dengan kualitas gerak yang meningkat, serta nilai kerja keras, disiplin, kerjasama, dan kejujuran</p>
2	8	<i>Mempraktikkan berbagai bentuk senam ketangkasan dengan koordinasi yang baik, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya</i>	<p>8.1 Mempraktikkan sebuah rangkaian gerak senam ketangkasan dengan konsisten, tepat, dan koordinasil yang baik, serta nilai keselamatan, disiplin, dan keberanian</p> <p>8.2 Mempraktikkan bentuk-bentuk rangkaian gerak senam ketangkasan dengan koordinasi dan kontrol yang baik, serta nilai keselamatan, disiplin, dan keberanian</p>
2	9	<i>Mempraktikkan kombinasi berbagai gerak dasar dalam gerak berirama dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya</i>	<p>9.1 Mempraktikkan kombinasi pola gerak mengayun, menarik, menekuk, meliuk, memutar dalam gerak berirama, serta nilai kerja sama, percaya diri, dan disiplin</p> <p>9.2 Mempraktikkan satu pola gerak berirama terstruktur dengan konsisten dan lancar serta nilai kerjasama, percaya diri, dan disiplin</p>
2	10	<i>Mempraktikkan gerak dasar renang gaya punggung, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya*)</i>	<p>10.1 Mempraktikkan gerak dasar renang gaya punggung: meluncur, menggerakkan tungkai, menggerakkan lengan, serta nilai kebersihan, keberanian dan percaya diri</p>

Lanjutan tabel 1. Standar Kompetensi dan Kompetensi Dasar

Smt	No	Standar Kompetensi	Kompetensi Dasar
			10.2 mempraktikkan kombinasi gerakan lengan dan tungkai renang gaya punggung, serta nilai keberanian dan percaya diri
2	11	<i>Mempraktikkan penjelajahan di lingkungan sekitar sekolah, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya***)</i>	11.1 Mempraktikkan pembuatan rencana kegiatan penjelajahan 11.2 Mempraktikkan berbagai keterampilan gerak dalam kegiatan penjelajahan di lingkungan sekolah yang sehat, serta nilai kerjasama, disiplin, keselamatan, kebersihan, dan etika
2	12	<i>Menerapkan budaya hidup sehat</i>	12.1 Mengenal bahaya merokok bagi kesehatan 12.2 Mengenal bahaya miruman keras

( Sumber: Kurikulum 2006)

#### 4. Hakikat Melempar

Kemampuan sering dianggap sebagai suatu hal yang mendasari terbentuknya keterampilan dari seseorang. Setiap individu memiliki kemampuan yang berbeda-beda antara satu dengan yang lain. Menurut Tisnowati dan Moekarto (2005: 1.24) kemampuan kematangan berkaitan dengan perkembangan dari psikologis, sesuai dengan urutan bertambahnya umur seseorang, dengan bertambahnya umur pasti diikuti dengan semakin sempurnanya fungsi organ-organ tubuh.

Menurut Schmidt yang dikutip oleh Amung Ma'mun dan Yudha M. Saputra (1999/2000: 76) kemampuan diartikan sebagai ciri individu yang

diwariskan dan relatif abadi yang mendasari serta mendukung terbentuknya keterampilan. Sedangkan menurut Edwin Fleishman yang dikutip oleh Yanuar Kiram (1992: 11) kemampuan (ability) merupakan suatu kapasitas umum yang berkaitan dengan prestasi berbagai macam keterampilan. Jadi kemampuan merupakan unsur terpenting dalam terbentuknya prestasi dan keterampilan. Dalam Kamus Umum Bahasa Indonesia (Poerwadarminta, 1999: 197), kemampuan diartikan sebagai suatu kecakapan, atau kepandaian menyelesaikan sesuatu berdasarkan tujuan. Kemampuan dapat juga diartikan sebagai kesanggupan untuk bertindak bijaksana dalam menghadapi segala sesuatu. Jadi dapat diambil kesimpulan, kemampuan adalah kesanggupan yang dimiliki oleh individu untuk mengatasi segala tantangan dengan tujuan membentuk keterampilan dan prestasi.

Dalam hubungannya dengan olahraga dan aktivitas fisik sangat diperlukan kecakapan tubuh. Salah satu contoh adalah kemampuan melempar. Jika kemampuan melempar seseorang sangat baik maka akan dapat melakukan gerakan melempar yang baik pula.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, melempar adalah membuang jauh-jauh. Sedangkan menurut Mochamad Djumidar A. Widya (2004 : 121) lempar adalah suatu gerakan yang menyalurkan tenaga pada suatu benda yang menghasilkan daya pada benda tersebut dengan memiliki kekuatan ke depan/ ke atas. Sedangkan menurut Roji (2007: 52) “melempar adalah pelepasan bola dari tangan dibantu oleh pergerakan pergelangan tangan yang berfungsi menambah kecepatan dan pengontrol bola”.

Pada saat melakukan lemparan pasti memiliki maksud dan tujuan tertentu. Tujuan tersebut dapat berupa ingin memindahkan tempat dan membuang benda. Dari beberapa pendapat dapat disimpulkan bahwa melempar adalah suatu gerakan yang sifatnya menyalurkan tenaga pada suatu benda yang bertujuan untuk membuang jauh, memindahkan suatu benda ke arah depan atau atas.

Melempar adalah memindahkan sesuatu dari satu tempat ke tempat yang lain. Manfaat yang diperoleh adalah dapat memindahkan benda dengan cepat. Dengan teknik yang benar maka bola yang dilempar mudah ditangkap ( Dadan Heryana, 2010: 4), sedangkan menurut Herman Subarjah (2007: 7. 6) manfaat lemparan yang baik dalam permainan rounder akan mudah mematikan pemukul.

## **5. Hakikat Permainan Rounders**

Permainan Rounders adalah suatu permainan bola kecil dengan alat bola, sebuah kayu pemukul dan tiang hinggap yang berupa base. Menurut Herman Subarjah (2007: 7. 3) permainan rounders merupakan permainan yang mempunyai lapangan segi lima. Dirjen Dikdasmen (1994: 54) menjelaskan: permainan rounders adalah cabang olahraga yang memakai bola kecil dan sebuah kayu pemukul. Permainan dipimpin seorang wasit dan dibantu oleh pembantu wasit dan pencatat nilai. Lapangan berbentuk segilima beraturan dan panjang sisi 15 m, tiap sudut diberi bidai (base) berbentuk persegi dengan ukuran 40cm x 40cm sebagai tempat hinggap. Permainan Rounders merupakan perpaduan antara memukul, menangkap dan

melempar bola. Permainan ini membutuhkan kerjasama dan kekompakan semua pemain. Lapangan permainan ronders berbentuk segi lima beraturan dan panjang sisinya 15 m, tiap-tiap sudut diberi bidai (base) berbentuk bujursangkar sebagai tempat hinggap.

Dalam lapangan permainan rounders terdapat 5 base atau tiang hinggap. Lama permainan ditentukan dengan inning atau waktu. Inning ialah apabila masing-masing regu telah sama-sama satu kali menjadi regu pemukul atau regu penjaga. Waktu biasanya 2 x 20 menit dengan istirahat 10 menit. Ronders dimainkan 2 regu dan masing-masing regu terdiri 12 orang.

Permainan rounders diciptakan oleh George Hanchock pada tahun 1887 di Chicago, Amerika Serikat. Permainan rounders masuk Indonesia dibawa oleh bangsa Belanda dan berkembang di Indonesia ditandai dengan banyaknya klub-klub rounders yang bermunculan di setiap daerah. Kejuaraan pertama kali di adakan pada tahun 1967 di Jakarta dan dalam Pekan Olahraga Nasional (PON) tahun 1969 di Surabaya.”(Herman Subarjah; 2007: 7. 3).

## **6. Hakikat Bermain**

Menurut AM. Bandi Utama (2010: 9) yang dikutip dari sukintaka”Bermain adalah aktivitas jasmani yang dilakukan dengan sukarela dan sungguh-sungguh untuk memperoleh rasa senang dari melakukan aktivitas tersebut”.

#### **a. Pengertian Bermain**

Menurut AM. Bandi Utama (2011:2) “Bermain merupakan aktivitas yang mengembirakan mempunyai arti dalam kehidupan anak yaitu mampu membawa anak ke perubahan yang baik dalam berbagai aspek kehidupan”. Dengan demikian dengan bermain juga dapat meningkatkan kecerdasan. Kecerdasan anak didik akan berkembang dengan baik karena melalui bermain anak menghadapi berbagai masalah yang harus dihadapi melalui proses berfikir dengan cepat dan tepat, termasuk kreatifitas anak juga berkembang. Karena dengan bermain anak-anak melakukan dengan senang sehingga suasana menjadi suasana yang kondusif untuk pembelajaran.

Menurut Herman Subarjah (2007: 1.3) bermain sangat berguna untuk merangsang perkembangan fisik dan mental anak. Lain halnya dengan orang dewasa. Bermain merupakan kebutuhan sepanjang kesukaan untuk melakukannya merupakan kebutuhan.

Sedangkan menurut Agus Mahendra (2008: 1.3) menjelaskan bahwa bermain dapat diartikan sebagai suatu kegiatan yang dilakukan secara sadar, suka rela tanpa paksaan, dan tak sungguhan dalam batas waktu, tempat, dan ikatan peraturan. Bermain menuntut usaha yang sungguh-sungguh dari pemainannya.

Sedangkan Rusli Lutan (1995) menerangkan Roger Caillois menyatakan dalam *diognes* menyatakan bahwa ciri-ciri bermain yang diungkapkan Huizinga itu tidak lengkap, terutama ditinjau dari tujuan.



Bermain adalah aktivitas jasmani yang dilakukan sukarela ,terpisah antara lingkup dan keleluasaannya, secara ekonomi tidak produktif, peraturan dapat ditentukan oleh para peserta/pemain, dan bersifat fiktif.

Menurut Elkin dalam Montolulu dkk yang dikutip AM.Bandi Utama (2010: 21) bermain sebagai suatu pelepas atau pembebasan dari tekanan-tekanan yang dihadapi anak.

#### **b. Manfaat Bermain**

Bermain dapat dimanfaatkan sebagai alat untuk pembelajaran rounders, khususnya di Sekolah Dasar (Depdikbud ;1993: 4). Bermain dapat dimanfaatkan untuk mendorong pertumbuhan kelompok sosial karena dilakukan bukan hanya sendirian, tetapi dalam suasana berkelompok menurut (Agus Mahendra; 2008: 1.3).

Sedangkan menurut Agus Mahendra (2008: 1.6) yang dikutip dari Carr (1991), “bermain dapat merangsang motivasi anak untuk melakukan kegiatan”. Katzenbogner yang dikutip Agus Mahendra (2008: 1.8) menyatakan “bahwa kegairahan mempermudah timbulnya inspirasi sehingga anak-anak dapat dengan mudah melakukannya, tanpa harus ada paksaan dan hambatan.”

Menurut Herman Subarjah (2007: 1.6) bermain memiliki manfaat sebagai berikut :

- 1) Memberikan pengalaman gerak pada anak sehingga semakin banyak jenis dan bentuk permainan yang dilakukan anak maka anak akan semakin kaya pengalaman geraknya.
- 2) Merangsang dan meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan anak.
- 3) Menyalurkan kelebihan tenaga pada anak.

- 4) Memanfaatkan waktu senggang.
- 5) Memelihara dan meningkatkan kebugaran jasmani.
- 6) Meningkatkan pengetahuan dan wawasan pada anak.
- 7) Mengembangkan kemampuan kognitif, afektif, dan psikomotor.
- 8) Menanamkan kerjasama, rasa sosial, dan saling tolong menolong.
- 9) Mencapai prestasi dalam suatu pertandingan.

### **c. Faktor/Unsur**

Dalam bermain banyak unsur/faktor yang mempengaruhi. Baik usia, perkembangan anak . Berdasarkan faktor usia menurut Agus Mahendra dibagi menjadi 3 yaitu : tahapan egosentrik (1-5 tahun), tahapan kooperatif (4-8 tahun), tahapan kompetitif (7-12 tahun). Sedangkan berdasarkan faktor perkembangan dibagi menjadi 4 yaitu: faktor perkembangan fisik, faktor perkembangan kognitif, faktor perkembangan emosional, dan faktor perkembangan sosial.

## **7. Bentuk Bermain Melempar ke Berbagai Sasaran**

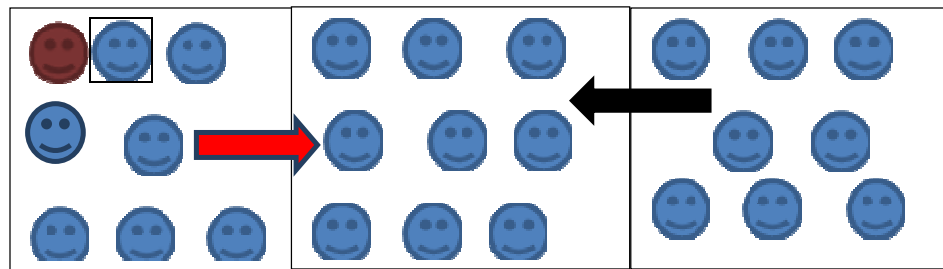
Berbagai macam Bentuk Bermain Melempar ke Berbagai Sasaran:

### **a. Permainan Melempar dan Mengelak**

Jumlah Pemain	: Tidak terbatas
Tempat	: Lapangan atau halaman
Alat yang digunakan	: 1-2 buah bola karet seukuran bola tangan
Tujuan permainan	: Akurasi lemparan
Formasi	: Bebas menyebar dalam ruangan terbatas

Anak dibagi menjadi tiga regu dan ditempatkan didalam lapangan yang berbentuk kotak, yang terdiri dari tiga ruangan. Setiap regu menempati ruangan masing-masing ruangan, dengan tugas yang berbeda.

Regu pertama dan kedua menempati ruangan yang paling ujung, dengan tugas menambah anggota kelompoknya dengan cara melempar kaki pemain yang ditengah. Sedangkan regu tiga berada menempati ruangan yang ditengah dan bersiap-siap untuk dilempari dari kedua arah dan diperebutkan keanggotaanya. Peraturan yang dikenakan adalah, peserta yang di tengah harus dikenakan kakinya dengan lemparan bola, dan harus bergabung dengan regu yang berhasil melemparnya.



Gambar 1. Lapangan Permainan Melempar dan Mengelak

Sumber: (Agus Mahendra, 2008: 3. 46)

Cara bermain:

Dengan bola ada pada salah satu regu, lemparkan bola ke arah anak yang berada ditengah, dengan sasaran bagian kaki anak. Anak yang dilempar harus berusaha menghindari dengan cara melompat atau bergeser ke arah lain. Jika anak yang di tengah berhasil dikenai ketika dilempar pada kakinya, anak tersebut harus berpindah ke regu yang berhasil melemparnya. Demikian permainan berlangsung hingga semua anak yang di tengah habis dan berpindah tempat. Regu yang berhasil mengumpulkan anggota baru lebih banyak, dianggap regu yang menang.

Variasi :

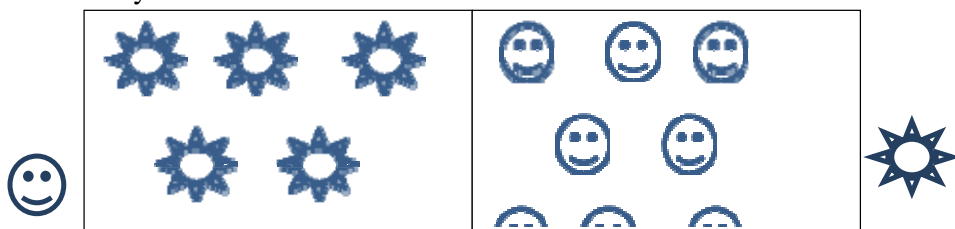
Untuk meningkatkan kemeriahan permainan ini, bola bisa ditambah secara bertahap. Misalnya, pertama satu bola yang dipakai kedua regu, kemudian dengan dua bola, tiga bola, dan empat bola. Jika bola yang digunakan tertahan di ruang tengah maka disearahkan pada anak- anak yang di tengah, mau diberikan kemana (Agus Mahendra; 2008: 3. 46).

b. Permainan Bola Batas

Jumlah pemain : tidak terbatas  
 Tempat : Lapangan atau halaman  
 Alat yang digunakan : 1-2 buah bola karet seukuran bola tangan  
 Tujuan permainan : Akurasi lemparan  
 Formasi : Bebas menyebar dalam ruangan terbatas

Permainan ini berlangsung, seperti permainan melempar dan mengelak. Hanya berbeda jumlah regu, yaitu dengan menghadapkan 2 regu untuk saling bertanding.

Anak dibagi menjadi dua regu yang sama banyak untuk saling berhadapan. Setiap regu menempati masing-masing sisi lapangan yang telah disediakan. Dari setiap regu tersebut, ditugaskan satu orang pelempar luar yang harus berdiri di luar lapangan di belakang regu lawannya.



Gambar 2. Lapangan Permainan Bola Batas  
 Sumber: (Agus Mahendra, 2008: 3. 19)

Cara bermain :

Setelah diadakan undian untuk menentukan regu mana yang memegang bola dan memulai lemparan pertama, setiap regu berusaha saling melempar regu lawannya dengan bola ke arah bagian kaki dan yang dilempar berusaha menghindar atau menangkap bola yang datang. Bahkan jika disepakati bersama, bola boleh ditangkis oleh tangan. Jika kena lemparan, seorang pemain harus keluar dari kotaknya dan bergabung dengan pelempar luar dari regunya sendiri, di sekitar lapangan lawan. Meskipun sudah diluar, mereka berhak membantu regunya sendiri, dengan cara ikut melempar regu lawan dari luar. Bahkan memiliki kebebasan yang lebih leluasa karena dapat melempar dari belakang atau dari kedua sisi samping.

Jika bola ke luar lapangan maka bola milik pemain pelempar luar atau pemain yang sudah diluar, sesuai wilayahnya. Itulah saatnya mereka memiliki hak untuk melempar lawan, untuk mencoba mengenai kaki lawan dengan bola. Beri pula dorongan kepada setiap regu untuk memanfaatkan pemain yang sudah diluar untuk bekerjasama, dan memaksa siswa untuk terus bergerak kedepan dan belakang lapangan, dengan cara mengoper bola antara pemain dalam dan pemain luar.

Tugas dari masing-masing regu adalah menghabiskan pemain lawan dari lapangan maka regu yang berhasil membuat lawan-lawannya keluar semua dari lapangan dinyatakan sebagai pemenang.

Menurut Agus Mahendra (2008: 3.20) untuk menambah tingkat kesulitan dari Permainan Bola Batas dapat dilakukan dengan berbagai cara berikut:

- 1) Pemain luar yang berhasil menembak kaki lawannya, boleh masuk kembali kedalam lapangan.
- 2) Anggota tubuh yang dapat dikenai oleh lemparan bola dapat diubah-ubah atau dipersempit secara bertahap. Misalnya bola yang memantul mengenai kaki dianggap sah, selanjutnya bola harus langsung mengenai kaki tidak boleh pantulan baru dianggap sah.
- 3) Jika permainan menjadi lebih sulit dan menyebabkan permainan berlangsung lama, dapat menambahkan jumlah bola menjadi dua atau lebih.

c. Mengeluarkan Botol Agua dari dalam Petakan

Jumlah pemain :Seluruh siswa dibagi kelompok, tiap kelompok 4 orang.

Tempat : Lapangan atau halaman

Alat yang digunakan : 1-2 buah bola karet,bola tenis. botol aqua

Tujuan permainan : Akurasi lemparan

Formasi : Berbaris berbanjar ke belakang

Dua orang anak pada setiap regu berada pada daerah yang berlawanan dengan dua teman lainnya pada daerah yang berseberangan, di antara setiap regu diletakkan botol aqua bekas yang diisi air atau pasir, jarak botol dan besarnya petak disesuaikan oleh guru, yang tujuan kegiatan ini tidak terlalu mudah dan tidak pula terlalu sulit sehingga menggembirakan oleh anak-anak. setiap regu diberi dua buah bola tenis untuk melempar botol tersebut.

A X X X	B	X X X
A X X X	B	A
A X X X	B	X X X
A X X X	B	A
		X X X

Gambar 3. Lapangan Mengeluarkan Botol Aqua dari dalam Petakan  
Sumber: (Syamsir Aziz, 2005: 27)

Cara Bermain :

Setiap regu berusaha mengeluarkan botol tersebut dari dalam petakannya dengan jalan melemparnya dari batas ruangnya, siapa yang berhasil duluan mengeluarkan botol dari petaknya maka mereka memperoleh nilai satu. Lama waktu permainan disesuaikan oleh guru.

Pengembangan Permainan:

- 1) Regu setiap anak dapat diubah, disesuaikan dengan alat yang ada begitu juga dengan jarak botol dan besarnya petak.
- 2) Bola yang digunakan juga harus disesuaikan dengan kemungkinan permainan tidak membosankan.

#### d. Pelempar Jitu

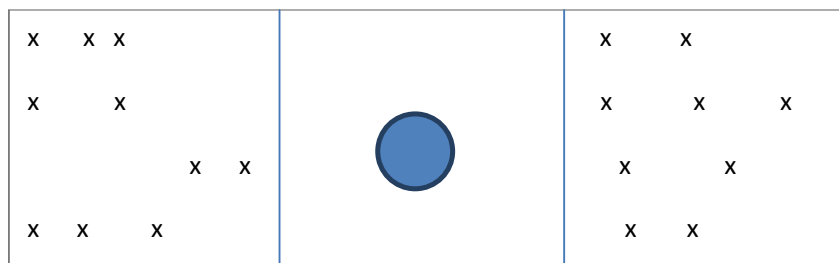
- Tujuan permainan : Ketepatan melempar
- Jumlah peserta : Tiap kelas dibagi 2 regu
- Alat yang dipakai : Bola bekas, bola tenis, kain, kertas
- Lapangan : Bangsal atau lapangan

Permainan ini diawali dengan membagi siswa menjadi dua regu, masing-masing regu dibatasi dengan ruangan dan disediakan bola *madicine* (bola kaki yang diisi kertas atau kain). Bola pelempar yang

sesuai diberikan sesuai jumlah siswa tiap regu. Pelaksanaan permainan setiap regu berusaha melempar bola *medicine* masuk ke daerah lawan. Melempar bola dilakukan dari batas daerah masing-masing. Melempar bola tidak boleh melewati garis batas daerahnya. Regu yang menang adalah regu yang dapat memasukan bola *medicine* ke daerah lawan.

Permainan ini dapat dikembangkan dengan:

- a) Bola pelempar disesuaikan dengan bola *medicine*
- b) Bola *medicine* dapat diperbanyak, dan bola pelempar disesuaikan.
- c) Lama permainan disesuaikan oleh guru.



Gambar 4. Lapangan Pelempar Jitu  
Sumber: (Samsudin, 2008: 3. 9)

#### e. Permainan Menyerang Pertahanan

Tujuan Permainan : Kekuatan Melempar

Jumlah Peserta : 10 Orang setiap pasangan kelompok

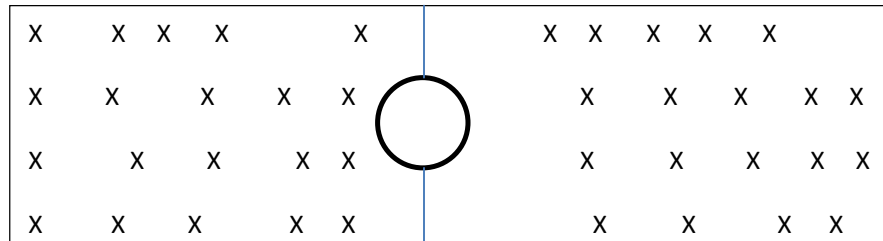
Alat yang dipakai : Bulu ayam, Cok

Lapangan : Bangsal atau lapangan

Posisi Awal



Ada dua kelompok berhadapan, satu kelompok berada pada bagian lapangan kiri, dan satu kelompok lagi pada bagian lapangan kanan ( 5 orang setiap kelompok).



Gambar 5. Lapangan Menyerang Pertahanan  
Sumber: (Samsudin, 2008: 3. 11)

#### Pelaksanaan Permainan

Ketua kelompok diundi untuk melempar bulu ayam pertama pada daerah lawan. Setiap kelompok berusaha melempar bulu ayam sejauh mungkin ke daerah lawan, dan lawan menangkap bulu ayam yang di lempar di tempat dengan tidak mengubah posisi atau tempat menangkapnya. Setelah bulu ayam tertangkap ia berusaha untuk melemparkannya pada daerah lawannya dengan sejauh-jauhnya. Contohnya salah seorang dari regu A mendapat kesempatan melemparkan bulu ayam ke daerah B. Anggota regu B tentu akan menangkap bulu ayam yang datang padanya, lalu ia juga akan melemparkan bulu sejauh mungkin ke daerah lawannya (regu A). Jadi setiap regu berusaha melemparkan bulu ayam sejauh mungkin di daerah lawan dan mendesaknya sampai ke pinggir belakang garis lawan. Pemenang adalah siapa yang dapat

melemparkan bulu ayam melewati garis akhir dari daerah masing-masing.

Menurut Samsudin (2008: 3.11) permainan dapat dikembangkan

- 1) Agar permainan ini menarik, bulu ayam ditukar dengan bola plastik atau yang sesuai. Perlu di ingat bahwa bola yang di pakai diusahakan sekali atau dua kali lempar bagi anak dari tengah tidak akan melewati garis batas belakang.
- 2) Kalau lemparan anak kuat, dapat dibuat aturan bahwa sebelum melempar harus mundur dahulu sebanyak beberapa langkah.
- 3) Juga dapat dilakukan dengan melempar dengan membelakangi melalui kepala dan sebagainya. Waktu permainan dan peraturan lainnya dapat di tentukan oleh guru.

#### f. Permainan Bola Masuk Keranjang

Tujuan Permainan : Ketepatan melempar bola

Jumlah Peserta : 5 Orang setiap kelompok

Alat yang dipakai : Bola karet atau bola plastik

Lapangan : Bangsal atau lapangan

Menurut Syamsir Aziz (2005: 34) menjelaskan cara melakukan permainan bola keranjang sebagai berikut:

- 1) Posisi Awal  
Anak dibagi dalam beberapa kelompok genap. Masing-masing dua kelompok berdiri pada daerah masing-masing yang berhadapan. Salah seorang dari anggota kelompok mempunyai sebuah keranjang sampah sebagai gawang ditinggikan di atas sepanjang garis belakang dan tidak boleh keluar dari garis tersebut.
- 2) Pelaksanaan Permainan  
Ketua kelompok mengikuti undian. Kalau ia menang, regunya berhak menguasai bola pertama yang berusaha untuk memasukkan bola kedalam keranjang lawannya, dengan jalan mengoper bola dan tidak boleh dibawa lari. Kelompok lain berusaha untuk menjaga agar bola tidak dikuasai lawan dan tidak dapat masuk kedalam keranjangnya. Pemenang adalah

kelompok yang paling banyak memasukan bola kedalam keranjang lawan.

3) Pengembangan Permainan

- a) Gawang dapat diubah dengan berjalan sepanjang ruangan
- b) Gawang dapat dijadikan satu saja sebagai orang yang netral.

## **8. Perkembangan Kemampuan Melempar**

Perkembangan kemampuan melempar yang terjadi pada anak besar, seperti halnya perkembangan kemampuan gerak lainnya meliputi dua aspek perkembangan yaitu perkembangan yang bersifat kuantitatif dan yang bersifat kualitatif. Perkembangan yang bersifat kuantitatif yaitu semakin jauh kemampuan melemparnya dan yang bersifat kualitatif yaitu kualitas gerakan melemparnya semakin baik atau semakin efisien.

Kemampuan melempar bisa dinilai dengan cara mengukur jauhnya lemparan yang menggunakan bola dengan beberapa ukuran, juga menggunakan cara menilai ketepatan melempar suatu sasaran. Sedangkan untuk menilai kemampuan yang bersifat kualitatif bisa menggunakan analisa sinematografis, yaitu analisis rekaman gambar gerakan untuk melihat kebenaran mekaniknya.

Perkembangan kemampuan melempar terjadi sejalan dengan pertumbuhan fisik terutama lengan dan bahu. Karena pertumbuhan lengan dan bahu yang mulai berat antara anak laki-laki dan perempuan pada masa anak-anak, maka perbedaan kemampuan melemparnya pun menjadi semakin besar. Bentuk pertumbuhan lengan dan bahu anak laki-laki lebih menguntungkan terhadap perkembangan kemampuan melempar terutama

ditinjau secara kualitatif atau jauhnya lemparan menurut (Depdiknas; 2004 : 59).

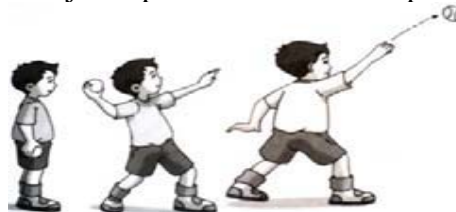
Espenchade dan Eckert (1980: 201) menjelaskan bahwa perbedaan kemampuan melempar antara anak laki-laki dan perempuan cukup besar. Pada anak laki-laki sampai usia 17 tahun masih terus meningkat kemampuannya, sedangkan anak perempuan peningkatannya hanya sampai usia kurang lebih 14 tahun. Kemampuan melempar dengan jarak yang jauh anak laki-laki lebih baik. Tetapi untuk ketepatan sasaran yang tidak memerlukan kekuatan yang cukup besar kemampuan anak laki-laki dan perempuan tidak berbeda.

Menurut Dadan Heryana, Giri Verianti. (2010: 68) ada empat teknik dasar aktifitas melempar dalam permainan rounders yaitu :

a. Teknik lemparan bola melambung (parabol),

Cara melakukan :

- 1) Bola dipegang pada pangkal ruas jari tangan, di antara jari telunjuk, jari tengah, dan jari manis.
- 2) Ketiganya saling memegang, sedangkan jari kelingking dan ibu jari mengontrol bola agar tidak jatuh.
- 3) Sikap badan sedikit condong kebelakang.
- 4) Ketika melempar dengan tangan kanan kaki kiri berada didepan atau sebaliknya.
- 5) Setelah bola lepas dari tangan, maka kaki kanan mengikuti atau melangkah ke depan.
- 6) Pandangan ditujukan pada arah sasaran lemparan.



(Sumber: Dadan Heryana, 2010:68)

b. Teknik lemparan bola menyusur tanah

Cara melakukannya adalah :

- 1) Bola dilemparkan menyusur tanah, posisi kaki ditekuk dan badan condong ke depan.
- 2) Lengan pelempar memegang bola, kemudian tarik tangan ke belakang.
- 3) Ayunkan tangan ke depan mengarah ke bawah dan lemparkan bola.



(Sumber: Dadan Heryana, 2010: 68)

c. Teknik lemparan bola mendatar.

- 1) Pegang bola dengan tangan kanan atau kiri
- 2) Posisi badan tidak terlalu condong ke belakang.
- 3) Pada saat melempar mendatar, gerakan lengan diayun dari belakang ke depan dan tidak melebihi kepala.



(Sumber: Dadan Heryana , 2010:68)

d) Teknik Lemparan bola bagi pelambung (Pitcher)

- 1) Berdiri tegak, salah satu kaki berada didepan
- 2) Bola dipegang disamping paha
- 3) Condongkan badan ke depan
- 4) Putar lengan tangan yang memegang bola 360°
- 5) Bersamaan dengan itu langkahkan kaki yang berada di belakang ke depan lepaskan bola saat bola disamping paha ikuti dengan lecutan pergelangan tangan.

Dalam penelitian ini akan diungkapkan yang akan diungkapkan adalah pola lemparan atas (*Overhand*). Pola lemparan tangan atas ini Menurut (Soedarminto dan Soeparman 1993:319) ditandai rotasi pada sendi bahu kemudian tahap ayunan belakang, lengan yang dalam sikap berputar dan dalam tahap ayunan tangan kedepan.

#### **B. Penelitian yang Relevan.**

1. Penelitian yang dilakukan oleh Nur Susanto (2003) dengan judul “Peningkatan kemampuan melempar dengan metode bermain pada siswa kelas V SDN Weroharjo Kecamatan Eromoko Kabupaten Wonogiri” penelitian yang digunakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan populasi siswa kelas V SDN Weroharjo Kecamatan Eromoko Kabupaten Wonogiri yang berjumlah 24 siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada peningkatan kemampuan melempar dalam pembelajaran kasti menggunakan metode bermain. Hal ini dibuktikan dari rata-rata sebelum tindakan 62,5 % setelah Siklus.I rata-rata menjadi 79,26%.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Novi Safitri (2009) Dengan Judul “Peningkatan ketrampilan melempar bola kasti dengan bermain pada siswa kelas IV SDN Cikembulan 2 Kecamatan Pekuncen” penelitian yang dilakukan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan populasi siswa

kelas IV SDN Cikembulan 2 Kecamatan Pekuncen berjumlah 32 siswa. pada Siklus I siswa yang tuntas 50% (16 siswa) dan yang belum 50 % (16 Siswa). Setelah Siklus II yang tuntas 87,5% (28 siswa) dan yang belum tuntas 12,5% (4 anak) dengan nilai rata-rata 80,25.

### **C. Kerangka Berpikir**

Dalam melempar ketepatan dan kecepatan merupakan elemen penting karena tanpa ketepatan maka bola akan sulit ditangkap oleh teman dan menguntungkan regu pemukul. Kemampuan melempar seorang penjaga adalah kemampuan melakukan lemparan bola Rounders dengan jarak sejauh-jauhnya dan menuju teman yang berada didekat base yang akan di lalui oleh pemukul. Kekuatan otot lengan berfungsi untuk menggerakkan lengan dan tangan saat melakukan lemparan. Bola Rounders adalah beban yang harus dipindahkan atau digerakkan oleh otot lengan tersebut. Efesiensi pemberian gaya kepada bola Rounders yang dilemparkan dinilai dalam hal kecepatan, jarak, dan arah bola Rounders setelah pelepasan.

Dengan bermain pelempar jitu tadi melatih anak untuk menggerakkan atau memindahkan bola Rounders tersebut agar menghasilkan jarak atau ketepatan. Lemparan yang baik seorang penjaga dapat mempengaruhi permainan regu penjaga atau pemukul.

### **D. Hipotesis**

Sesuai analisa tersebut maka disusun hipotesis yaitu : Adanya peningkatan kemampuan melempar dengan permainan target pada Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri Dengok 1 Playen.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis Penelitian**

Metode penelitian ialah suatu prosedur atau cara yang mempunyai langkah-langkah secara sistematis. Sedangkan penelitian merupakan proses tentang sesuatu rangkaian langkah-langkah yang dilakukan secara terencana dan sistematis untuk mendapatkan suatu masalah.

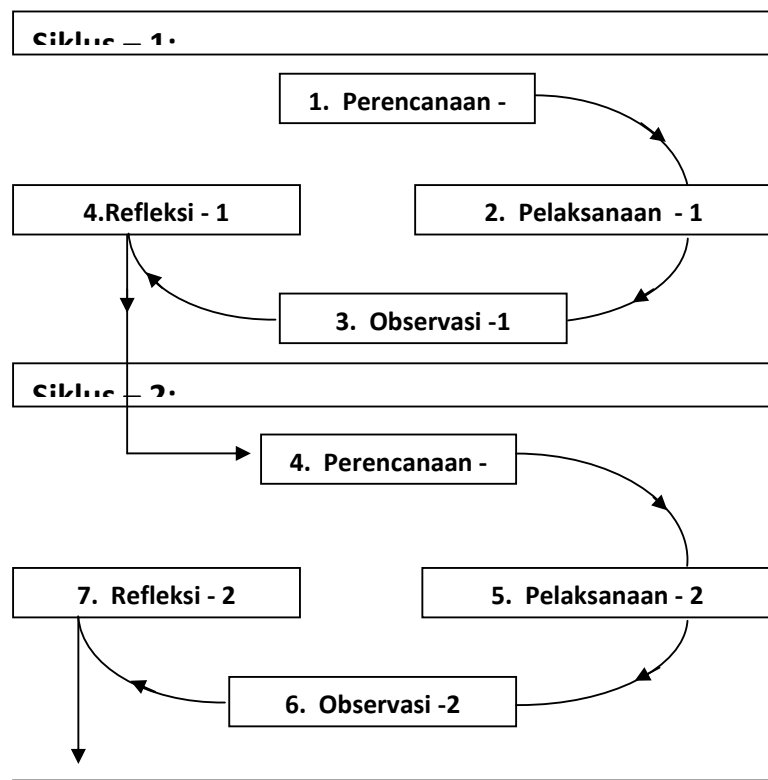
Untuk memperoleh dan mendapatkan hasil yang lebih baik, maka penelitian ini menggunakan rancangan penelitian tindakan kelas (*Classroom Action Research*) metode ini memfokuskan penelitian dalam bentuk tindakan kelas yakni penelitian yang dilakukan bukan menciptakan yang baru semata, tetapi menempelkan pada suatu kegiatan yang sedang berlangsung. Dalam penelitian tindakan ini, peneliti melakukan suatu tindakan yang secara khusus diamati terus menerus, dilihat plus-minusnya, kemudian diadakan perubahan terkontrol sampai pada upaya maksimal dalam bentuk tindakan yang paling tepat (Suharsimi Arikunto, 2006: 3).

Adapun pendekatan penelitian adalah penelitian deskriptif kualitatif. Pendekatan ini dipilih atas pertimbangan bahwa dalam setiap pelaksanaan tindakan yang dirancang, peneliti berupaya untuk menelaah secara seksama masalah yang menjadi fokus penelitian dan dalam waktu yang bersamaan peneliti juga harus menganalisis dan merefleksi permasalahan yang ada sebagai dasar melakukan perbaikan terhadap rancangan tindakan pada tahap selanjutnya.



Pada penelitian diskriptif ini, peneliti berusaha menggambarkan metode pembelajaran diterapkan dan bagaimana hasil yang diinginkan dapat tercapai. Dalam penelitian ini menggunakan bentuk penelitian kolaboratif partisipatif. Dimana peneliti bertindak sebagai guru dan perancang dalam penelitian. Oleh karena itu, PTK ini difokuskan untuk meningkatkan aktivitas dan hasil pembelajaran serta memperbaiki kualitas pendidikan di kelas tersebut.

Model pelaksanaan PTK ini menggunakan model siklus PTK yang dikembangkan oleh Kemmis dan Taggart (1990) (dalam Sa'dun Akbar, 2010: 28) dengan 4 aspek setiap siklusnya yang terdiri dari perencanaan (*planning*), pelaksanaan (*action*), observasi (*observing*), refleksi (*reflecting*), yang digambarkan sebagai berikut.



Gambar 5. Model Penelitian Tindakan Kelas Kemmis & MC. Taggart  
(Sumber: Suharsimi Arikunto: 2012)

## **B. Kehadiran dan Subyek Peneliti di Lapangan**

Peran peneliti dalam penelitian ini menjadi instrumen penelitian dan pengumpul data. Peneliti menjadi partisipan penuh, dimana peneliti melakukan semua rancangan penelitiannya dan diamati oleh kolaborator. Guru Penjaskes di UPT TK dan SD di Kecamatan Playen bertindak sebagai peneliti mitra yang akan memberikan pengamatan terhadap peneliti utama. Subyek penelitian adalah siswa-siswa kelas 5 SDN Dengok 1 UPT TK dan SD Kecamatan Playen Gunungkidul.

## **C. Tempat dan Waktu Penelitian**

### **1. Tempat penelitian**

Penelitian dilaksanakan di lapangan SD Negeri Dengok 1 yang berada di Dengok Kecamatan Playen Kabupaten Gunungkidul.

### **2. Waktu Penelitian**

Waktu penelitian dilakukan saat kegiatan belajar mengajar berlangsung di kelas V SD Negeri Dengok 1 pada jam pelajaran Penjaskes.

## **D. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data yang digunakan peneliti untuk memperoleh informasi berupa Perencanaan, Pelaksanaan, Observasi dan refleksi.

### **1. Perencanaan (*Planning*)**

Pada tahap ini peneliti bersama kolaborator berdiskusi untuk menentukan permasalahan yang dihadapi dalam pembelajaran rounders. Setelah menetapkan permasalahan yang dihadapi kemudian menentukan metode pengajaran yang akan digunakan sekaligus menentukan bentuk

pembelajaran. Adapun metode pembelajaran yang digunakan adalah bentuk bermain melempar ke berbagai sasaran dengan variasi permainan yang dapat meningkatkan kemampuan melempar siswa kelas V SDN Dengok 1 Kecamatan Playen Gunungkidul.

Dalam Tahap perencanaan, peneliti dan kulabolator merencanakan skenario pembelajaran dan fasilitas yang akan digunakan dalam pembelajaran.tahapan kegiatan yang dilakukan dalam perencanaan adalah sebagai berikut :

- a. Menentukan kulabolator. Kulabulator ada dua yaitu saudara Pendi Apriyanto, S.Pd dan Dewa Leo Praman, S.Pd.
- b. Konsultasi dengan pihak sekolah tentang rencana kegiatan yang akan dilakukan.
- c. Menentukan jadwal penelitian, yaitu pelaksanaan siklus I pada tanggal 9 April 2015, dan tanggal 23 April untuk siklus kedua jika siklus pertama belum berhasil.
- d. Membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) Pendidikan Jasmani dengan materi pembelajaran rounders.
- e. Menyiapkan fasilitas pembelajaran
- f. Peneliti menyusun dan membuat instrumen untuk monitoring pelaksanaan pembelajaran rounders.
- g. Menyiapkan kegiatan refleksi.

## **2. Pelaksanaan (*Action*)**

Pada tahap ini guru melaksanakan pembelajaran rounders dengan melatih ketrampilan melempar dengan bentuk bermain melempar ke berbagai sasaran, sesuai rencana pembelajaran yang telah dibuat sebelumnya. Pada proses pembelajaran tersebut kulabulator mengamati, mencatat, mengomentari terhadap berlangsungnya pembelajaran, berkaitan dengan aktivitas siswa maupun guru.

## **3. Observasi (*Observation*)**

Menurut Marshall (dalam Sugiyono, 2010: 310) menyatakan bahwa *“through observation the researcher learn about behavior and the meaning attached to those behavior”*. Melalui observasi, peneliti belajar tentang perilaku dan makna dari perilaku tersebut. Observasi dilakukan oleh peneliti sendiri. Peneliti melihat dan mengamati aktivitas siswa. Sedang dua kolabulator melakukan pengamatan terhadap aktivitas siswa selama pembelajaran dan pengamatan terhadap guru selama mengajar jalannya proses pembelajaran menggunakan lembar pengamatanyang telah disediakan oleh peneliti.

## **4. Refleksi ( *Reflection* )**

Pada tingkatan refleksi ini hasil observasi yang didiskusikan bersama peneliti dan kulabulator. Hasil diskusi digunakan sebagai dasar bagi penyusunan rencana tindakan pertemuan berikutnya agar agar dapat berjalan lancar dan memperoleh hasil lebih baik dari pertemuan sebelumnya.

## E. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat bantu pengumpulan data, (Suharsimi Arikunto, 2006 : 149). Yang menjadi instrumen penelitian ini pada dasarnya adalah penelitian sendiri. Peneliti menjadi instrumen penelitian karena dalam proses pengumpulan data itulah peneliti akan melakukan adaptasi secara aktif sesuai dengan keadaan yang dihadapi peneliti ketika berhadapan dengan subyek penelitian. Untuk mempermudah pelaksanaan pengumpulan data dalam suatu penelitian diperlukan instrumen penelitian. Instrumen penelitian tersebut berfungsi sebagai panduan pelaksanaan pengumpulan data yang telah diperoleh.

Tabel 2. Instrumen Penilaian Afektif

<u>Aspek Penilaian</u>	<u>Rubrik Penilaian/Kriteria</u>	<u>Skor</u>
KERJASAMA	• Jika siswa melakukan kerjasama untuk memecahkan masalah tanpa bimbingan	4
	• Jika siswa melakukan kerjasama untuk memecahkan masalah dengan bimbingan guru	3
	• Jika siswa melakukan kerjasama untuk memecahkan masalah dengan paksaan guru	2
	• Jika siswa pasif	1
KEAKTIFAN	• Jika siswa aktif melaksanakan tugas tanpa perintah guru	4
	• Jika siswa aktif melakukan tugas dengan perintah guru	3
	• Jika siswa aktif melaksanakan tugas semaunya sendiri	2
	• Jika siswa pasif	1
KEBERANIAN	• Jika siswa mengajukan pendapat tanpa perintah guru	4
	• Jika siswa mengajukan pendapat dengan perintah guru	3
	• Jika siswa mengajukan pendapat dengan dorongan teman	2
	• Jika siswa pasif	1
KEJUJURAN	• Jika siswa selalu bermain dengan jujur	4
	• Jika siswa sering bermain dengan jujur	3
	• Jika siswa jarang bermain dengan jujur	2
	• Jika siswa tidak bermain dengan jujur	1

Catatan :

Nilai = ( Jumlah skor : jumlah skor maksimal ) X 10.

$$N = \frac{X}{Y} \times 100$$

Ket: X = Skor diperoleh

Y= Skor maksimal

Tabel 3. Instrumen Penilaian Kognitif (kisi-kisi soal)

NO	Uraian	Skor	No Soal
1	Bentuk Lapangan rounders	1	1
2	Ukuran Lapangan dan alat Rounders	1	2
3	Aturan permainan rounders	1	3-5
4	Asal Permainan rounders	1	6
5	Poin yang diperoleh pemain	1	7
6	Teknik melempar bola	1	8
7	Cara bermain rounders	1	9
8	Pertandingan resmi rounders di Indonesia	1	10

Nilai = Skor diperoleh : Skor maksimal X 100

$$N = \frac{X}{Y} \times 100$$

Ket: X = Skor diperoleh

Y= Skor maksimal

Tabel 4. Instrumen Penilaian Psikomotor

No	Kesempatan	Kriteria	Rentang skor
1	PERTAMA	1) Hasil lemparan mengenai angka 0 2) Hasil lemparan mengenai angka 1 3) Hasil lemparan mengenai angka 2 4) Hasil lemparan mengenai angka 3 5) Hasil lemparan mengenai angka 4	0- 4
2	KEDUA	1) Hasil lemparan mengenai angka 0 2) Hasil lemparan mengenai angka 1 3) Hasil lemparan mengenai angka 2 4) Hasil lemparan mengenai angka 3 5) Hasil lemparan mengenai angka 4	0- 4

Lanjutan Tabel 4. Instrumen Penilaian Psikomotor

No	Kesempatan	Kriteria	Rentang skor
3	KETIGA	1) Hasil lemparan mengenai angka 0 2) Hasil lemparan mengenai angka 1 3) Hasil lemparan mengenai angka 2 4) Hasil lemparan mengenai angka 3 5) Hasil lemparan mengenai angka 4	0- 4
4	KEEMPAT	1) Hasil lemparan mengenai angka 0 2) Hasil lemparan mengenai angka 1 3) Hasil lemparan mengenai angka 2 4) Hasil lemparan mengenai angka 3 5) Hasil lemparan mengenai angka 4	0- 4
5	KELIMA	1) Hasil lemparan mengenai angka 0 2) Hasil lemparan mengenai angka 1 3) Hasil lemparan mengenai angka 2 4) Hasil lemparan mengenai angka 3 5) Hasil lemparan mengenai angka 4	0- 4

Nilai = Skor diperoleh : Skor maksimal X 100

$$N = \frac{X}{Y} \times 100$$

Ket: X = Skor diperoleh

Y= Skor maksimal

**Tabel 5.** Lembar Observasi Kelas terhadap Guru dalam Pembelajaran

No	Aspek-aspek yang Diamati	Skor			
		1	2	3	4
<b>I.</b>	<b>PENDAHULUAN</b>				
1.	Membariskan siswa dan memimpin berdoa				
2.	Memeriksa kesiapan siswa				
3.	Melakukan kegiatan apersepsi				
4.	Menyampaikan tujuan pembelajaran				
<b>II.</b>	<b>PEMANASAN</b>				
1.	Memberikan pemanasan berupa penguluran				
2.	Memberikan pemanasan dalam bentuk permainan yang mengarah pada materi pembelajaran				
<b>III.</b>	<b>KEGIATAN INTI PEMBELAJARAN</b>				
1.	Menyampaikan tujuan yang akan dicapai dalam pembelajaran				
2.	Memberikan penjelasan sebelum siswa melakukan gerakan				
3.	Memberikan koreksi terhadap gerakan yang dilakukan siswa				
4.	Memberi kesempatan yang sama kepada para siswa untuk melakukan gerakan				
5.	Memberikan kegiatan yang aman dan menyenangkan				
6.	Menggunakan metode pembelajaran dari yang mudah ke yang sulit				
7.	Menggunakan metode pembelajaran dari yang sederhana ke kompleks				
8.	Memberikan evaluasi secara keseluruhan				
<b>IV.</b>	<b>KEGIATAN PENUTUP</b>				
1.	Kegiatan pendinginan menggunakan metode bermain				
2.	Menyampaikan inti pembelajaran yang telah dilakukan				
3.	Memberikan perintah untuk mencuci tangan dan kaki				
4.	Memberikan perintah untuk berganti dan merapikan pakaian				
5.	Memberikan kesempatan untuk mempersiapkan pelajaran berikutnya				
6.	Menutup kegiatan pembelajaran dengan berbaris dan berdoa				
Jumlah					

Keterangan :

Skor 1 : Tidak pernah

Skor 2 : Jarang

Skor 3 : Sering

Skor 4 : Selalu



Keterangan Penilaian:

- Skor 20-30, Pelaksanaan pembelajaran berlangsung kurang baik
- Skor 31-50, Pelaksanaan pembelajaran berlangsung cukup baik
- Skor 51-60, Pelaksanaan pembelajaran berlangsung dengan baik
- Skor 61-80, Pelaksanaan pembelajaran berlangsung sangat baik

#### **F. Analisis Data**

Analisis data dilakukan dengan cara merefleksi hasil observasi dan evaluasi terhadap proses pembelajaran yang dilakukan oleh guru dan siswa di lapangan dan diolah menjadi kalimat yang bermakna dianalisis. Data yang diperoleh pada penelitian ini dianalisis dengan menggunakan deskriptif komparatif yaitu dengan membandingkan data kuantitatif dari kondisi awal, siklus I dan siklus berikutnya jika belum mencapai hasil yang diharapkan.

1. Kriteria Ketuntasan Minimum (KKM) Rounders sebagai berikut:

a. Psikomotor (n1)

- 1) Tinggi
- 2) Sedang
- 3) Rendah

b. Kognitif (n2)

- 1) Tinggi
- 2) Sedang
- 3) Rendah

c. Afektif (n3)

- 1) Tinggi

2) Sedang

3) Rendah

Jika indikator memiliki kriteria maka nilainya adalah rata-rata setiap nilai dari kriteria yang ditentukan atau dirumuskan sebagai berikut:

$$KKM = \frac{n1+n2+n3}{3} \times 100$$

16

Target ketuntasan perkembangan rounders siswa sebanyak 75 % dari 16 siswa yang harus mencapai KKM.

2. Persentase penguasaan kegiatan secara klasikal yang dirumuskan sebagai berikut:

$$\text{Ketuntasan Klasikal} = \frac{\text{jumlah subjek berhasil} \times 100}{\text{Jumlah subjek keseluruhan}}$$

#### **G. Kriteria Keberhasilan Tindakan**

Kriteria keberhasilan hasil belajar menjadi dasar penentuan ketuntasan hasil belajar siswa. Ada dua kategori ketuntasan belajar yaitu secara perseorangan dan secara klasikal. Kriteria keberhasilan belajar Penjaskes siswa kelas V SDN Dengok 1 UPT TK dan SD Kecamatan Playen Gunungkidul sebagai berikut.

##### **1. Keberhasilan Individu**

Untuk keberhasilan individu bagi setiap siswa pada bidang studi Penjas adalah 75. Prosentase perolehan nilai dihitung menggunakan rumus:

$$NA = \frac{\text{skor perolehan}}{\text{skor maksimal}} \times 100\%$$

NA = Nilai Akhir untuk ketuntasan belajar individu.

**Tabel 6. Pedoman Ketuntasan Individu dalam Persen**

Tingkat Penguasaan	Nilai dengan Huruf	Keterangan	Kriteria
85-100	A	Tuntas	Baik
75-84	B	Tuntas	Cukup
50-74	C	Tidak Tuntas	Kurang
1-49	D	Tidak Tuntas	Sangat Kurang

## 2. Keberhasilan Klasikal

Untuk keberhasilan klasikal minimal adalah 75% dari jumlah siswa dalam satu kelas. Apabila dalam kelas tersebut, siswa yang mendapat skor 75 atau lebih sudah mencapai 75% (12 siswa) maka kelas tersebut dikatakan tuntas belajar dan dapat dilanjutkan ke materi selanjutnya. Untuk mengetahui persentase ketuntasan belajar siswa digunakan rumus sebagai berikut:

$$P = \frac{\text{jumlah siswa yang tuntas belajar}}{\text{jumlah siswa}} \times 100\%$$

P = Persentase ketuntasan belajar klasikal

Siswa dapat dikatakan tuntas jika mencapai taraf penguasaan 75%.

**Tabel 7. Pedoman Penelitian Ketuntasan Klasikal dalam persen**

Ketuntasan	Keterangan
75-100	Tuntas
≤ 74	Belum Tuntas

Nilai yang diperoleh melalui perhitungan tersebut akan digunakan untuk menetapkan kualitas hasil belajar siswa dalam proses kegiatan pembelajaran. Untuk memudahkan menginterpretasikan hasil belajar siswa maka akan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi. Selanjutnya baru menetapkan kualitas kegiatan pembelajaran sesuai dengan standar yang telah ditetapkan.

Sedangkan evaluasi merupakan kegiatan yang dilakukan untuk mengetahui

penguasaan siswa terhadap materi pembelajaran Penjas. Dalam hal ini materi pembelajaran yang dilaksanakan yaitu materi rounders. Evaluasi atau nilai akhir diperoleh dari nilai proses dan nilai tes. Nilai proses dan nilai tes tersebut kemudian dirata-rata.

Pada tahap refleksi meliputi beberapa komponen yaitu menganalisa, menerangkan, dan menyimpulkan. Tahap refleksi dipandang sebagai suatu upaya untuk memaknai rencana, proses, hasil dan kendala serta peluang dari tindakan yang dilakukan. Pada tahap ini peneliti merefleksi apa saja yang menjadi masalah, kendala, dan hambatan yang terjadi pada pembelajaran sebagai patokan dalam melaksanakan pembelajaran berikutnya pada siklus berikutnya.

#### **H. Prosedur Penelitian**

Prosedur yang dilakukan dalam penelitian tindakan kelas ini berbentuk siklus yang akan berlangsung lebih dari satu siklus bergantung pada tingkat keberhasilan dari target yang akan dicapai, dimana setiap siklus terdiri dari dua pertemuan. Masing-masing siklus meliputi 4 tahap kegiatan, yaitu tahap perencanaan, melaksanakan tindakan, observasi, dan diakhiri dengan refleksi. Hasil refleksi digunakan untuk merancang kegiatan pada siklus berikutnya atau sebagai pedoman untuk merancang kegiatan pada siklus II

## ***1. Siklus-1***

Siklus-1 terdiri dari atas perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi dan refleksi, dan perbaikan.

### ***a. Perencanaan***

Peneliti melakukan studi pendahuluan dengan melakukan refleksi terhadap praktik pembelajaran Penjas di kelas V SDN Dengok 1 UPT TK dan SD Kecamatan Playen Gunungkidul yang selama ini berlangsung. Peneliti berupaya untuk mengingat kembali berbagai peristiwa pembelajaran yang telah berlangsung selama ini, mewawancarai siswa kelas V SDN Dengok 1 UPT TK dan SD Kecamatan Playen Gunungkidul untuk mengungkap kesulitan-kesulitan apa yang dirasakan dan dialami siswa ketika belajar Penjas. Disamping itu peneliti juga melakukan telaah terhadap dokumen-dokumen tentang kemampuan siswa dalam belajar Penjas berupa dokumen latihan dan penugasan, dokumen hasil tes formatif Penjas. Peneliti juga mendeskripsikan kembali hasil pengamatan terhadap proses pembelajaran yang berlangsung selama ini, merefleksi model-model pembelajarannya, keaktifan siswa ketika belajar, kemampuan siswa, dan lain-lain.

Studi pendahuluan tersebut menghasilkan masalah-masalah proses dan hasil pembelajaran Penjas di kelas V SDN Dengok 1 UPT TK dan SD Kecamatan Playen Gunungkidul. Dalam proses pembelajaran peneliti merasakan adanya masalah dalam hal: penerapan strategi pembelajaran Penjas yang kurang tepat, suasana pembelajaran yang kurang

menyenangkan, keaktifan siswa yang rendah dan rendahnya hasil belajar siswa pada mata pelajaran Penjas.

Berangkat dari masalah di atas maka pada tahap perencanaan ini peneliti melakukan:

- 1) Menyiapkan perangkat atau sarana dan media pembelajaran yang akan digunakan sebagai model pembelajaran dengan lembar observasi, soal tes dan alat-alat lainnya yang mendukung.
- 2) Peneliti menyiapkan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), Lembar Kerja Siswa, dan melakukan pertemuan untuk membahas persiapan tindakan dan menyepakati waktu pelaksanaan tindakan siklus I.
- 3) Penyiapan sarana dan media pembelajaran.
- 4) Penyiapan Lembar Kegiatan Siswa
- 5) Penyusunan perangkat uji kompetensi siswa.
- 6) Menyiapkan instrumen untuk pengumpulan data berupa pedoman pengamatan, pedoman observasi untuk siswa, pedoman wawancara, dan pedoman dokumentasi.

*b. Pelaksanaan Tindakan*

Pada tahap ini peneliti melakukan penelitian tentang permainan *rounders*, menelaah jalannya pembelajaran dari pembukaan sampai penutup yang tertera di RPP. Pada waktu kegiatan berlangsung, peneliti melakukan observasi, mencatat semua kejadian selama pembelajaran

berlangsung. Adapun rencana pembelajaran dilaksanakan mulai dari awal sampai akhir dengan menggunakan model bermain melempar ke berbagai sasaran.

*c. Observasi*

Pengamatan dilakukan pada waktu tindakan serta berjalan, jadi keduanya berlangsung dengan waktu yang sama. Pada tahap ini observer dan guru melakukan pengamatan dan mencatat semua hal yang terjadi selama pelaksanaan berlangsung. Hasil observasi dapat bermanfaat untuk pengambilan keputusan apakah siswa sudah memahami materi yang diajarkan, apakah pembelajaran berlangsung sesuai harapan, apakah memerlukan perbaikan dan apakah siswa dapat menjawab soal yang diberikan oleh guru pada saat evaluasi.

*d. Melakukan Refleksi*

Tahap ini untuk mengkaji secara menyeluruh tindakan yang telah dilakukan, berdasarkan data yang terkumpul, kemudian dilakukan evaluasi guna penyempurnaan tindakan selanjutnya. Jika hasil evaluasi pembelajaran pada siklus I sesuai dengan indikator ketercapaian maka pembelajaran telah berakhir. Namun jika hasil evaluasi tidak sesuai dengan indikator keberhasilan maka perlu dilakukan perbaikan dan revisi model pembelajaran model bermain melempar ke berbagai sasaran yang telah dilaksanakan.

## **I. Tes Kemampuan Melempar**

Dalam mengukur kemampuan melempar digunakan tes dan pengukuran oleh peneliti yaitu dilakukan dengan melempar bola tenis.

a. Tujuan : Untuk mengetahui ketepatan sasaran

b. Alat dan Pelengkapan :

- 1) Bola tenis/ Rounders
- 2) Alat ukur (Meteran)
- 3) Kertas karton
- 4) Spidol
- 5) Blanko penilaian dan alat tulis

c. Prosedur pelaksanaan tes

- 1) Testi berdiri tegak dengan kaki dibuka selebar bahu dan pandangan kedepan.
- 2) Tangan kanan/ Kiri memegang bola Rounders
- 3) Setelah aba-aba testi melempar bola Rounders.
- 4) Melempar harus mengenai sasaran yang dibuat oleh guru di tembok. .
- 5) Testi diberikan kesempatan melempar lima kali lemparan.

d. Penelitian Tes

Penilaian berdasarkan ketepatan bola Rounders yang dilemparkan oleh testi tersebut sebanyak lima kali kesempatan dan hasilnya akan diambil beberapa lemparan yang mengenai sasaran.

e. Lapangan tes kemampuan melempar



## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil Penelitian**

Data yang akan dipaparkan pada bab ini meliputi data yang didapat sebelum tindakan (pra tindakan) dan selama tindakan yang terdiri dari siklus I dan siklus II. Untuk lebih lengkapnya akan di bahas seperti di bawah ini.

##### **1. Sebelum Tindakan**

Pada kondisi awal siswa masih pasif dan tidak bergairah dalam mengikuti pembelajaran rounders. Berdasarkan analisis sementara, ditemukan fakta bahwa siswa kesulitan dalam melakukan rounders. Kesulitan yang dialami siswa berupa kemampuan melempar bola yang kurang baik. Sehingga siswa tidak ada gairah untuk mempelajari materi ini. Ketika guru memberi contoh siswa memperhatikan dan jika ditanya mereka menjawab sudah paham. Tetapi pada saat siswa melakukan praktek lempar tangkap berpasangan masih banyak siswa yang belum tepat sasarannya.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti, hal yang menyebabkan siswa cenderung pasif dan tidak ada gairah untuk mempelajari rounders dikarenakan proses pembelajaran tidak menggunakan metode yang menarik siswa.

Pada kegiatan pembelajaran ini keaktifan siswa masih belum maksimal. Sementara rata-rata lemparan siswa putra lebih baik, dibandingkan dengan siswa putri. Hal ini masih jauh dari standar yang ditetapkan guru yaitu siswa minimal mendapatkan skor 75. Berikut hasil

penilaian siswa sebelum tindakan :

**Tabel. 8. Penilaian Aspek Kognitif Siswa Pra Tindakan**

No	Nama Siswa	No Soal										Nilai
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1.	AGRI	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	70
2.	ONIS	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	80
3.	RNF	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	70
4.	ARMS	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	90
5.	CTRS	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	80
6.	DNA	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	70
7.	DVS	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	80
8.	EKS	1	0	0	0	1	1	0	1	1	1	60
9.	FMC	1	1	0	0	1	0	1	1	1	0	60
10.	FWA	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	80
11.	ILBQ	1	1	1	1	0	1	0	0	1	0	60
12.	MAZ	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	80
13.	NMP	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	80
14.	RAP	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	80
15.	RNP	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	70
16.	RRF	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	60
Jumlah												1170
Rata-rata												73,13

Tampak pada tabel 8 rata-rata nilai kognitif siswa sebesar 73, 13.

Untuk penilaian lebih lengkapnya dapat di lihat pada lampiran. Penilaian selanjutnya adalah penilaian afektif. Hasil dari penilaian afektif dapat di lihat pada tabel berikut ini.

**Tabel 9. Penilaian Aspek Afektif Pra Tindakan**

No	Nama Siswa	Aspek Afektif				Jumlah	Nilai
		1	2	3	4		
1	AGRI	3	3	2	2	10	63
2	ONIS	3	3	3	3	12	75
3	RNF	3	3	2	2	10	63
4	ARMS	3	3	3	3	12	75
5	CTRS	3	3	3	3	12	75
6	DNA	3	3	2	2	10	63
7	DVS	3	3	3	2	11	69
8	EKS	3	3	3	2	11	69
9	FMC	3	3	3	2	11	69
10	FWA	3	3	3	2	11	69
11	ILBQ	3	2	3	3	11	69
12	MAZ	3	3	2	3	11	69
13	NMP	3	3	3	2	11	69
14	RAP	3	3	3	3	12	75
15	RNP	3	3	3	2	11	69
16	RRF	3	2	3	2	10	63
Jumlah							1067
Rata-rata							66, 69

Terlihat pada tabel 9 rata-rata nilai afektif siswa sebesar 66,69. Untuk penjelasan nilai afektif siswa dapat di lihat pada lampiran. Untuk selanjutnya adalah penilaian aspek psikomotor. Lebih jelasnya dapat di lihat pada tabel berikut ini.

**Tabel 10. Penilaian Aspek Psikomotor Pra Tindakan**

No	Nama Siswa	Aspek Psikomotor					Jumlah	Nilai
		1	2	3	4	5		
1	AGRI	3	2	4	2	2	13	65
2	ONIS	4	3	3	3	2	15	75
3	RNF	2	3	2	2	3	12	60
4	ARMS	1	3	2	2	3	11	55
5	CTRS	3	3	2	3	2	13	65
6	DNA	1	3	2	2	3	11	55
7	DVS	3	4	3	2	2	14	70
8	EKS	2	3	2	3	2	12	60
9	FMC	3	4	3	3	3	16	80
10	FWA	2	2	3	3	2	12	60
11	ILBQ	3	3	3	2	3	14	70
12	MAZ	3	2	3	3	3	14	70
13	NMP	3	3	2	2	2	12	60
14	RAP	3	3	4	3	3	16	80
15	RNP	2	3	3	3	3	14	70
16	RRF	2	2	3	3	2	12	60
Jumlah								1055
Rata-rata								65,94

Tampak pada tabel 10 rata-rata nilai psikomotor siswa sebesar 65,94. Untuk penjelasan selengkapnya dapat di lihat pada lampiran Sementara nilai keterampilan dasar rounders siswa di dapat dari hasil rata-rata ketiga aspek di atas. Setelah di rata-rata ketuntasan hasil belajar siswa mengenai rounders dapat di lihat pada tabel berikut ini.

**Tabel 11. Hasil Ketuntasan Belajar Siswa tentang Gerak Dasar Rounders  
Pra Tindakan**

No	Nama Siswa	Penilaian			Jml	Rata-rata Nilai	Ket
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1	AGRI	65	63	70	198	66,00	Belum Tuntas
2	ONIS	75	75	80	230	76,67	Tuntas
3	RNF	60	63	70	193	64,33	Belum Tuntas
4	ARMS	55	75	90	220	73,33	Belum Tuntas
5	CTRS	65	75	80	220	73,33	Belum Tuntas
6	DNA	55	63	70	188	62,67	Belum Tuntas
7	DVS	70	69	80	219	73,00	Belum Tuntas
8	EKS	60	69	60	189	63,00	Belum Tuntas
9	FMC	80	69	60	209	69,67	Belum Tuntas
10	FWA	60	69	80	209	69,67	Belum Tuntas
11	ILBQ	70	69	60	199	66,33	Belum Tuntas
12	MAZ	70	69	80	219	73,00	Belum Tuntas
13	NMP	60	69	80	209	69,67	Belum Tuntas
14	RAP	80	75	80	235	78,33	Tuntas
15	RNP	70	69	70	209	69,67	Belum Tuntas
16	RRF	60	63	60	183	61,00	Belum Tuntas
<b>Jumlah</b>						<b>1109, 67</b>	
<b>Rata-rata</b>						<b>69, 35</b>	

Tampak pada tabel 11 di atas rata-rata nilai gerak dasar rounders siswa sebesar 69, 35. Sementara jumlah siswa yang tuntas belajar adalah 2

siswa (25%). Siswa yang belum tuntas belajar sebanyak 14 siswa (75%). Pada sebelum tindakan ini ketuntasan belajar siswa baru mencapai 25%, sementara standar ketuntasan klasikal yang ditetapkan peneliti adalah 75%. Sehingga perlu diadakan tindakan .

## **2. Siklus I**

Siklus I dilaksanakan setelah semuanya telah dipersiapkan dengan baik. Berikut diuraikan pembelajaran pada siklus I.

### *a. Perencanaan Tindakan*

Sebelum pelaksanaan tindakan, perlu diadakan perencanaan, perencanaan yang disusun peneneliti meliputi, penyusunan RPP, berbagai macam media untuk permainan penembak jitu (bola plastik, bola tenis, kain, bola tangan, dll), soal evaluasi, dan menyiapkan lembar observasi untuk mengetahui aktivitas yang dilakukan siswa dan guru selama proses pembelajaran yang menggunakan model bermain melempar ke berbagai sasaran berlangsung.

### *b. Tindakan*

Pada tahap ini peneliti melaksanakan rancangan pembelajaran yang sudah direncanakan. Tindakan ini dilaksanakan pada Kamis, 9 April 2015. Pada kegiatan awal guru mengkondisikan siswa untuk siap belajar. Setelah itu mengadakan presensi. Kemudian mengadakan pemanasan. Setelah itu guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dicapai serta kegiatan yang akan dilakukan dalam proses pembelajaran.

Pada kegiatan inti siswa bersama guru mempersiapkan lapangan untuk bermain melempar ke berbagai sasaran dan alat peraga yang berupa bola plastik, botol aqua, cok, bola tenis, keranjang atau tempat sampah, bola plastik yang diisi dengan kain. Sehingga bola plastik menjadi lebih berat .

Setelah semuanya jelas guru memberikan penjelasan tentang berbagai bentuk bermain melempar ke berbagai sasaran. Permainan pada pertemuan ini adalah permainan untuk melatih kekuatan dan akurasi lemparan, yaitu permainan menyerang pertahanan dan mengeluarkan botol aqua dari dalam petakan. Siswa sangat antusias dalam permainan ini. Siswa di bagi menjadi 2 kelompok. Kelompok yang menang memegang cok untuk melakukan lemparan pertama. Posisi siswa ada di seberang garis, dan di seberangnya lagi kelompok lawan. Sebelumnya guru mendemonstrasikan dulu permainan ini. Siswa harus melakukan lemparan sekuat tenaga agar lemparan menjahui garis sehingga kelompok lawan tidak bisa melewati garis. Kelompok yang menang adalah kelompok yang dapat melempar Cok sampai kebelakang dan kelompok lawan tidak dapat mengembalikan melewati garis.

Kemudian dilanjutkan dengan permainan mengeluarkan botol aqua dari petakan. Guru mempersiapkan alat dan siswa membantu menyusun alat dengan arahan guru. Botol aqua dijejer di tengah antara kelompok. Dua orang anak pada setiap regu berada pada daerah yang berlawanan dengan dua teman lainnya pada daerah yang berseberangan, di antara

setiap regu diletakkan botol aqua bekas yang diisi air atau pasir, jarak botol dan besarnya petak disesuaikan oleh guru, yang tujuan kegiatan ini tidak terlalu mudah dan tidak pula terlalu sulit sehingga menggembirakan oleh anak-anak. setiap regu diberi dua buah bola tenis untuk melempar botol tersebut. Setiap regu berusaha mengeluarkan botol tersebut dari dalam petakannya dengan jalan melemparnya dari batas ruangnya, siapa yang berhasil duluan mengeluarkan botol dari petaknya maka mereka memperoleh nilai satu. Lama waktu permainan disesuaikan oleh guru.

Setelah proses permainan selesai, kegiatan berikutnya adalah melakukan evaluasi teknik dasar melempar dalam pembelajaran rounders yang sesungguhnya. Siswa beralih ke lapangan rounders, guru mendemonstrasikan teknik melempar yang digunakan dalam rounders seperti pada bermain melempar ke berbagai sasaran yang telah dilaksanakan. Setiap siswa melakukan lima kali melempar dengan target sasaran.

Setelah selesai melakukan evaluasi kemampuan teknik dasar melempar. Sementara siswa melakukan permainan rounders dengan peraturan yang disederhanakan dan modifikasi, guru melakukan pengamatan untuk mengetahui kemampuan dasar rounders siswa pada lembar yang telah di siapkan.

Pada kegiatan akhir siswa bersama guru menyimpulkan hasil pembelajaran pada pertemuan ini. Kemudian siswa mengerjakan soal

evaluasi. Setelah selesai guru mengadakan refleksi dengan memberi kesempatan kepada siswa menanyakan materi yang belum dimengerti dan kesan-kesan selama proses pembelajaran. Setelah itu penutup dengan salam menandakan pelajaran telah selesai.

*c. Pengamatan*

Hal-hal yang dilakukan dalam pengamatan adalah untuk memperoleh data mengenai penerapan model bermain melempar ke berbagai sasaran dalam peningkatan kemampuan melempar dalam proses pembelajaran rounders kelas V SD Negeri Dengok 1 UPT TK dan SD Kecamatan Playen Gunungkidul yang meliputi aktivitas siswa dan hasil belajar siswa. Untuk mengetahui hasil belajar siswa dapat diperoleh dari nilai kognitif, afektif dan psikomotor. Untuk hasil dari penilaian tersebut akan dipaparkan seperti berikut ini.

**Tabel 12 . Penilaian Aspek Kognitif Siswa Siklus I**

No	Nama Siswa	No Soal										Nilai
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1.	AGRI	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	80
2.	ONIS	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	80
3.	RNF	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	70
4.	ARMS	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	100
5.	CTRS	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	80
6.	DNA	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	80
7.	DVS	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	80
8.	EKS	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	80
9.	FMC	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	80
10.	FWA	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	80
11.	ILBQ	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	80
12.	MAZ	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	80
13.	NMP	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	80
14.	RAP	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	80
15.	RNP	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	80



16	RRF	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	80
<b>Jumlah</b>												1290
<b>Rata-rata</b>												80,63

Tampak pada tabel 12 rata-rata nilai kognitif siswa sebesar 80, 63. Untuk penilaian lebih lengkapnya dapat di lihat pada lampiran. Penilaian selanjutnya adalah penilaian afektif. Hasil dari penilaian afektif dapat di lihat pada tabel berikut ini.

**Tabel 13. Penilaian Aspek Afektif Siklus I**

No	Nama Siswa	Aspek Afektif				Jumlah	Nilai
		1	2	3	4		
1	AGRI	3	3	2	3	11	69
2	ONIS	3	3	3	3	12	75
3	RNF	3	3	3	2	11	69
4	ARMS	3	3	3	3	12	75
5	CTRS	3	3	3	3	12	75
6	DNA	3	3	3	2	11	63
7	DVS	3	3	2	3	11	69
8	EKS	3	3	3	3	12	69
9	FMC	3	3	3	3	12	69
10	FWA	3	3	2	3	11	69
11	ILBQ	3	3	3	3	12	69
12	MAZ	3	3	2	3	11	69
13	NMP	3	3	3	2	11	69
14	RAP	3	3	3	3	12	75
15	RNP	3	3	3	2	11	69
16	RRF	3	2	3	3	11	69
<b>Jumlah</b>							<b>1122</b>
<b>Rata-rata</b>							<b>70,13</b>

Terlihat pada tabel 13 rata-rata nilai afektif siswa sebesar 70,13. Untuk penjelasan nilai afektif siswa dapat di lihat pada lampiran. Untuk selanjutnya adalah penilaian aspek psikomotor. Lebih jelasnya dapat di lihat pada tabel berikut ini.

**Tabel 14. Penilaian Aspek Psikomotor Siklus I**

No	Nama Siswa	Aspek Psikomotor					Jumlah	Nilai
		1	2	3	4	5		
1	AGRI	3	2	4	2	3	14	70
2	ONIS	4	2	2	3	4	15	75
3	RNF	2	3	2	3	3	13	65
4	ARMS	3	3	2	2	3	11	55
5	CTRS	3	3	3	3	2	14	70
6	DNA	2	3	2	2	3	12	60
7	DVS	3	3	3	2	4	14	70
8	EKS	3	3	2	3	2	13	65
9	FMC	3	4	3	3	3	16	80
10	FWA	2	2	3	3	3	13	65
11	ILBQ	3	4	3	3	3	16	80
12	MAZ	3	2	3	3	3	14	70
13	NMP	3	3	2	3	2	13	65
14	RAP	3	4	4	3	4	18	90
15	RNP	3	3	4	3	3	16	80
16	RRF	2	2	3	3	3	13	65
Jumlah							1125	
Rata-rata							70,31	

Tampak pada tabel 14 rata-rata nilai psikomotor siswa sebesar 70,31. Untuk penjelasan selengkapnya dapat di lihat pada lampiran Sementara nilai keterampilan dasar rounders siswa di dapat dari hasil rata-rata ketiga aspek di atas. Setelah di rata-rata ketuntasan hasil belajar siswa mengenai rounders dapat di lihat pada tabel berikut ini.

**Tabel 15. Hasil Ketuntasan Belajar Siswa Tentang Gerak Dasar Rounders Siklus I**

No	Nama Siswa	Penilaian			Jml	Rata-rata Nilai	Ket
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1	AGRI	70	69	80	219	73,00	Belum Tuntas
2	ONIS	75	75	80	230	76,67	Tuntas
3	RNF	65	69	70	204	68,00	Belum Tuntas
4	ARMS	55	75	100	230	76,67	Tuntas
5	CTRS	70	75	80	225	75,00	Tuntas
6	DNA	60	63	80	203	67,67	Belum Tuntas
7	DVS	70	69	80	219	73,00	Belum Tuntas
8	EKS	65	69	80	214	71,33	Belum Tuntas
9	FMC	80	69	80	229	76,33	Tuntas
10	FWA	65	69	80	214	71,33	Belum Tuntas
11	ILBQ	80	69	80	229	76,33	Tuntas
12	MAZ	70	69	80	219	73,00	Belum Tuntas
13	NMP	65	69	80	214	71,33	Belum Tuntas
14	RAP	90	75	80	245	81,67	Tuntas
15	RNP	80	69	80	229	76,33	Tuntas
16	RRF	65	69	80	214	71,33	Belum Tuntas
<b>Jumlah</b>						<b>1179</b>	
<b>Rata-rata</b>						<b>73,69</b>	

Tampak pada tabel 15 di atas rata-rata nilai gerak dasar rounders siswa sebesar 73,69. Sementara jumlah siswa yang tuntas belajar adalah 7 siswa (44%). Siswa yang belum tuntas belajar sebanyak 9 siswa

(56%). Pada siklus ini ketuntasan belajar siswa baru mencapai 44%, sementara standar ketuntasan klasikal yang ditetapkan peneliti adalah 75%. Sehingga pada siklus ini siswa belum bisa dikatakan tuntas belajar pada materi gerak dasar rounders. Sehingga perlu di lanjutkan pada siklus berikutnya.

d. *Refleksi*

Setelah proses pembelajaran pada siklus I ini selesai, peneliti merefleksi hal-hal yang terjadi pada pertemuan ini meliputi:

- 1) Secara keseluruhan RPP yang dirancang guru sudah terlaksana dengan baik.
- 2) Pada saat proses pembelajaran keaktifan siswa masih perlu ditingkatkan, siswa masih banyak siswa yang belum aktif melaksanakan kegiatan rounders.
- 3) Perlu adanya variasi media lagi untuk meningkatkan antusias siswa dalam proses pembelajaran
- 4) Berdasarkan hasil tes evaluasi yang diberikan guru pada akhir pembelajaran, masih perlu ditingkatkan, karena secara klasikal rata-rata nilainya masih belum memenuhi standar ketuntasan yang telah ditetapkan.

Berdasarkan refleksi yang sudah dilakukan, upaya yang ditempuh untuk perbaikan pada siklus II meliputi hal-hal sebagai berikut:

- 1) Lebih dekat dengan siswa agar siswa lebih aktif lagi dalam proses pembelajaran.

- 2) Dalam proses kerja kelompok dikondisikan agar semua siswa ikut berpartisipasi
- 3) Guru memberi peraturan yang jelas pada saat permainan agar siswa bisa tertib.
- 4) Memberi variasi yang menarik pada media pembelajaran.

### **3. Siklus II**

Siklus 2 dilaksanakan untuk memperbaiki hasil belajar maupun aktivitas siswa yang belum terlaksana secara maksimal. Untuk lebih jelasnya akan dipaparkan seperti berikut ini.

#### *a. Perencanaan Tindakan*

Siklus 2 dilaksanakan untuk memperbaiki hasil belajar maupun aktivitas siswa yang belum terlaksana secara maksimal. Pada tahap ini, peneliti menyusun RPP, membuat variasi media pembelajaran yang lebih menarik lagi, membuat soal evaluasi serta penilaian observasi.

#### *b. Pelaksanaan Tindakan*

Pada tahap ini peneliti melaksanakan rancangan pembelajaran yang sudah direncanakan. Pelaksanaan tindakan siklus II ini pada Kamis, 23 April 2015. Pada kegiatan awal guru mengkondisikan siswa untuk siap belajar. Setelah itu mengadakan presensi. Kemudian mengadakan pemanasan. Setelah itu guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dicapai serta kegiatan yang akan dilakukan dalam proses pembelajaran.

Pada kegiatan inti siswa memperhatikan media yang ditunjukkan guru. Pada siklus ini ada variasi permainan yang lebih sulit dibandingkan dengan permainan di siklus I yaitu permainan penembak jitu, melempar dan mengelak, dan bola batas. Pada awalnya guru kembali menjelaskan dan memberikan contoh cara melaksanakan permainan yang akan dilakukan. Permainan ini diawali dengan membagi siswa menjadi dua regu, masing-masing regu dibatasi dengan ruangan dan disediakan bola *medicine* (bola kaki yang diisi kertas atau kain). Bola pelempar yang sesuai diberikan sesuai jumlah siswa tiap regu.

Pelaksanaan permainan setiap regu berusaha melempar bola *medicine* masuk ke daerah lawan. Melempar bola dilakukan dari batas daerah masing-masing. Melempar bola tidak boleh melewati garis batas daerahnya. Regu yang menang adalah regu yang dapat memasukan bola *medicine* ke daerah lawan.

Kemudian dilanjutkan permainan Melempar dan mengelak. Cara bermainnya, dengan bola ada pada salah satu regu, lemparkan bola ke arah anak yang berada ditengah, dengan sasaran bagian kaki anak. Anak yang dilempar harus berusaha menghindar dengan cara melompat atau bergeser ke arah lain. Jika anak yang di tengah berhasil dikenai ketika dilempar pada kakinya, anak tersebut harus berpindah ke regu yang berhasil melemparnya. Demikian permainan berlangsung hingga semua anak yang di tengah habis dan berpindah tempat. Regu yang berhasil mengumpulkan anggota baru lebih banyak, dianggap regu yang menang.

Kemudian melakukan permainan Bola Batas untuk melatih akurasi dan kerjasama antar regu. Cara bermain Setelah diadakan undian untuk menentukan regu mana yang memegang bola dan memulai lemparan pertama, setiap regu berusaha saling melempar regu lawannya dengan bola ke arah bagian kaki dan yang dilempar berusaha menghindar atau menangkap bola yang datang. Bahkan jika disepakati bersama, bola boleh ditangkis oleh tangan. Jika kena lemparan, seorang pemain harus keluar dari kotaknya dan bergabung dengan pelempar luar dari regunya sendiri, di sekitar lapangan lawan. Meskipun sudah diluar, mereka berhak membantu regunya sendiri, dengan cara ikut melempar regu lawan dari luar. Bahkan memiliki kebebasan yang lebih leluasa karena dapat melempar dari belakang atau dari kedua sisi samping.

Jika bola ke luar lapangan maka bola milik pemain pelempar luar atau pemain yang sudah diluar, sesuai wilayahnya. Itulah saatnya mereka memiliki hak untuk melempar lawan, untuk mencoba mengenai kaki lawan dengan bola. Beri pula dorongan kepada setiap regu untuk memanfaatkan pemain yang sudah diluar untuk bekerjasama, dan memaksa siswa untuk terus bergerak kedepan dan belakang lapangan, dengan cara mengoper bola antara pemain dalam dan pemain luar.

Tugas dari masing-masing regu adalah menghabiskan pemain lawan dari lapangan maka regu yang berhasil membuat lawan-lawannya keluar semua dari lapangan dinyatakan sebagai pemenang.

Siswa melakukan teknik dasar melempar dalam pembelajaran rounders dengan bimbingan guru. Pada kegiatan akhir siswa bersama guru menyimpulkan hasil pembelajaran pada pertemuan ini. Kemudian siswa mengerjakan soal evaluasi. Setelah selesai guru mengadakan refleksi dengan memberi kesempatan kepada siswa menanyakan materi yang belum dimengerti dan kesan-kesan selama proses pembelajaran. Setelah itu penutup dengan salam menandakan pelajaran telah selesai.

*c. Pengamatan*

Pada siklus II ini data yang akan dipaparkan selama pengamatan seperti pada siklus I meliputi data penilaian secara kognitif, afektif, dan psikomotor. Untuk yang pertama adalah penilaian kognitif dapat dilihat pada tabel berikut ini.

**Tabel 16. Penilaian Aspek Kognitif Siswa Siklus II**

No	Nama Siswa	No Soal										Nilai
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1.	AGRI	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	80
2.	ONIS	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	90
3.	RNF	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	80
4.	ARMS	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	100
5.	CTRS	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	90
6.	DNA	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	90
7.	DVS	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	100
8.	EKS	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	80
9.	FMC	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	90
10.	FWA	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	90
11.	ILBQ	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	90
12.	MAZ	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	90
13.	NMP	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	90
14.	RAP	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	100
15.	RNP	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	90
16.	RRF	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	80
<b>Jumlah</b>												<b>1430</b>
<b>Rata-rata</b>												<b>89,38</b>



Tampak pada tabel 16 di atas rata-rata nilai siswa sebesar 89,38. Hal ini mengalami peningkatan dari siklus I yang rata-ratanya hanya 80,63. Selanjutnya adalah hasil dari penilaian afektif. Untuk lebih jelasnya dapat di lihat pada tabel berikut ini.

**Tabel 17. Penilaian Aspek Afektif Siswa Siklus II**

No	Nama Siswa	Aspek Afektif				Jumlah	Nilai
		1	2	3	4		
1	AGRI	4	3	3	3	13	81
2	ONIS	3	3	4	4	14	88
3	RNF	3	3	3	3	12	75
4	ARMS	4	3	3	4	14	88
5	CTRS	4	4	3	3	14	88
6	DNA	4	3	3	3	13	81
7	DVS	3	3	4	4	14	88
8	EKS	3	3	3	3	12	75
9	FMC	3	3	3	4	13	81
10	FWA	4	3	3	3	13	81
11	ILBQ	3	3	3	3	12	75
12	MAZ	4	4	3	3	14	88
13	NMP	4	4	3	3	14	88
14	RAP	4	4	3	3	14	88
15	RNP	4	4	3	3	14	88
16	RRF	3	3	3	3	12	75
<b>Jumlah</b>							<b>1328</b>
<b>Rata-rata</b>							<b>83</b>

Dapat di lihat pada tabel 17 nilai rata-rata aspek afektif siswa sebesar 83 hal ini mengalami peningkatan dari siklus sebelumnya sebesar 70,13. Berikutnya adalaah penilaian psikomotor lebih jelasnya dapat di lihat pada tabel berikut ini.

**Tabel. 18. Penilaian Aspek Psikomotor Siswa Siklus II**

No	Nama Siswa	Aspek Psikomotor					Jumlah	Nilai
		1	2	3	4	5		
1	AGRI	3	3	4	2	3	15	75
2	ONIS	4	3	3	3	4	17	85
3	RNF	2	3	2	3	3	13	65
4	ARMS	3	3	2	3	3	14	70
5	CTRS	3	3	3	3	2	14	70
6	DNA	2	3	2	2	3	12	60
7	DVS	3	3	3	2	4	14	70
8	EKS	3	3	2	3	2	13	65
9	FMC	3	4	3	4	3	17	85
10	FWA	2	2	3	3	3	13	65
11	ILBQ	3	4	3	3	3	16	80
12	MAZ	3	2	3	3	3	14	70
13	NMP	3	3	2	3	2	13	65
14	RAP	3	4	4	3	4	18	90
15	RNP	3	3	4	3	3	16	80
16	RRF	2	2	3	3	3	13	65
Jumlah								1200
Rata-rata								75

Terlihat pada tabel 18 di atas rata-rata nilai siswa sebesar 75, hal ini juga mengalami peningkatan yang sebelumnya hanya 70,31. Selanjutnya adalah hasil ketuntasan belajar gerak dasar rounders siswa. Untuk selengkapnya dapat di lihat pada tabel berikut ini.

**Tabel. 19. Hasil Ketuntasan Belajar Siswa Tentang Gerak Dasar Rounders Siklus II**

No	Nama Siswa	Penilaian			Jml	Rata-rata Nilai	Keterangan
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1	AGRI	75	81	80	236	78,67	Tuntas
2	ONIS	85	88	90	263	87,67	Tuntas
3	RNF	65	75	80	220	73,33	Belum Tuntas
4	ARMS	70	88	100	258	86,00	Tuntas
5	CTRS	70	88	90	248	82,67	Tuntas
6	DNA	70	81	90	241	80,33	Tuntas
7	DVS	70	88	100	258	86,00	Tuntas
8	EKS	65	75	80	220	73,33	Belum Tuntas
9	FMC	85	81	90	256	85,33	Tuntas
10	FWA	75	81	90	246	82,00	Tuntas
11	ILBQ	80	75	90	245	81,67	Belum Tuntas
12	MAZ	75	88	90	253	84,33	Tuntas
13	NMP	75	88	90	253	84,33	Tuntas
14	RAP	90	88	100	278	92,67	Tuntas
15	RNP	85	88	90	263	87,67	Tuntas
16	RRF	70	75	80	220	73,33	Belum Tuntas
<b>Jumlah</b>						<b>1319,33</b>	
<b>Rata-rata</b>						<b>82,46</b>	

Terlihat pada tabel 19 rata-rata nilai hasil belajar tentang gerak dasar rounders siswa sebesar 82,46 yang sebelumnya hanya sebesar 73,69. Sementara siswa yang mengalami ketuntasan belajar sebanyak 13

siswa (81%) hal ini mengalami peningkatan sebesar 37% dari seiklus I sebesar 44%. Melihat hasil ketuntasan belajar siswa pada siklus II ini sebesar 81%, maka standar ketuntasan klasikal yang ditetapkan peneliti sebesar 75% dapat terpenuhi.

*d. Refleksi*

Pada refleksi siklus II ini akan dikemukakan hal-hal yang ditemukan dan hasil dari perbaikan dari refleksi pada siklus I.

- 1) Pelaksanaan model bermain melempar ke berbagai sasaran untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar rounders lebih baik dari siklus I.
- 2) Peran siswa dalam proses pembelajaran menjadi lebih banyak.
- 3) Semua indikator dan tujuan pembelajaran sudah dicapai dengan baik.
- 4) Rencana pelaksanaan pembelajaran yang dirancang guru sudah terlaksana dengan baik
- 5) Siswa tampak senang dengan proses pembelajaran berlangsung, tak tampak kebosanan pada siswa.
- 6) Hasil belajar yang diperoleh siswa juga meningkat, sehinggal KKM yang ditentukan bisa terpenuhi.

**B. Pembahasan**

**1. Penerapan Model Bermain Melempar ke Berbagai Sasaran untuk Meningkatkan Gerak Dasar Rounders Siswa**

Pembelajaran kooperatif dengan model bermain melempar ke berbagai sasaran dapat membantu siswa memahami materi gerak dasar

rounders, serta menumbuhkan kemampuan kerja sama, berpikir kritis, dan mengembangkan sikap sosial siswa.

Pada pembelajaran Penjas materi rounders dengan menggunakan bentuk bermain melempar ke berbagai sasaran pada siswa kelas V SDN Dengok 1 UPT TK dan SD Kecamatan Playen Gunungkidul, dilaksanakan dalam 2 siklus. Adapun langkah-langkah kegiatan yang dilakukan, diantaranya siklus I meliputi:

- a. Siswa di ajak bermain yang melatih akurasi dan kekuatan melempar.
- b. Melemparkan cok sejauh-jauhnya dan mengeluarkan botol aqua dari petakan. Bola tersebut di arahkan masuk ke dalam keranjang yang ada di seberang net.
- c. Kelompok yang berhasil melempar cok dan tidak dapat dikembalikan kelompok lawan menjadi pemenang.
- d. Kelompok yang dapat mengeluarkan botol yang diisi air dari kotakan menjadi pemenang.
- e. Siswa melakukan rounders modifikasi.
- f. Evaluasi.

Sedangkan pada siklus II meliputi:

- a. Siswa di berikan permainan yang lebih komplek agar kemapuan akurasi dan kekuatan menjadi baik lagi yaitu penembak jitu, melepar dan mengelak, dan bola batas.
- b. Siswa melakukan permainan secara kelompok untuk melatih kerjasama dan kekompakan.

- c. Kelompok yang memenag permainan adalah kelompok Siswa yang berhasil memasukan bola yang diisi kain ke lapangan lawan.dan kelompok yang dapat mengenai lawan hingga habis.
- d. Kelompok yang mendapat bintang paling banyak akan menjadi pemenang.
- e. Siswa melakukan rounders dengan modifikasi.
- f. Evaluasi.

Dari uraian mengenai langkah-langkah pembelajaran yang telah direncanakan dan dilaksanakan di atas, menyatakan bahwa proses pembelajaran tidak hanya terpusat pada guru saja, melainkan siswa membangun pengetahuannya sendiri dari berbagai bentuk bermain melempar ke berbagai sasaran.

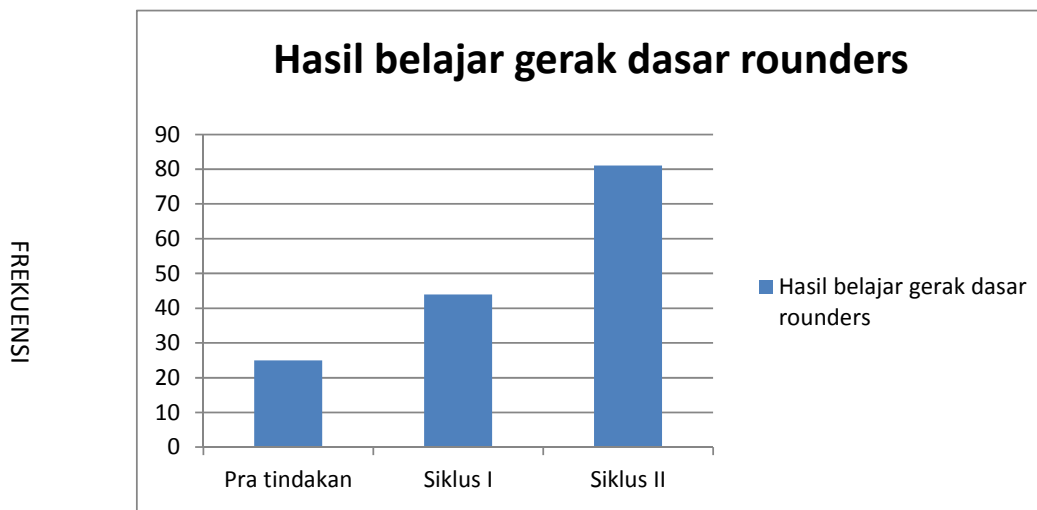
## **2. Peningkatan Hasil Belajar Rounders**

Berdasarkan analisis data terhadap ketuntasan hasil belajar siswa kelas V SDN Dengok 1 UPT TK dan SD Kecamatan Playen Gunugkidul pada siklus I dapat diketahui bahwa ketuntasan belajar siswa rata-ratanya sebesar 44%. Nilai tersebut belum memenuhi standar ketuntasan klasikal yang ditetapkan peneliti sebesar 75 %, sehingga dapat dinyatakan bahwa pada siklus I ini siswa siswa kelas V SDN Dengok 1 UPT TK dan SD Kecamatan Playen Gunungkidul belum tuntas belajar, dikarenakan prosentase belajar secara klasikal belum mencapai 75%.

Pada siklus I terdapat beberapa hal yang menyebabkan tidak tercapainya ketuntasan belajar antara lain: (1) media pembelajaran masih

kurang memotivasi siswa, sehingga belum ada pemahaman yang menyeluruh dari masing-masing kelompok, (2) pada saat melakukan rounders siswa kurang konsentrasi, (3) ada beberapa soal yang diberikan guru kurang bisa dipahami oleh siswa, sehingga sebagian siswa menjawab soal kurang tepat.

Dengan acuan di atas maka dilaksanakan tindakan perbaikan yang dilaksanakan pada siklus II. Dari hasil tindakan pada siklus II dapat diketahui bahwa ketuntasan belajar siswa yaitu sebesar 81% siswa sudah tuntas belajar. Sedangkan dilihat dari rata-rata klasikal dapat diketahui bahwa hasil belajar siswa setelah dilaksanakan tindakan siklus II meningkat sebesar 37%. Sehingga dapat dinyatakan bahwa pada siklus II ini siswa siswa kelas V SDN Dengok 1 UPT TK dan SD Kecamatan Playen Gunungkidul sudah tuntas belajar, dikarenakan prosentase belajar secara klasikal sudah melebihi 75%. Untuk peningkatan hasil belajar mengenai rounders jelasnya dapat di lihat pada gambar berikut ini.



**Gambar 7. Grafik Peningkatan Hasil Belajar Rounders Siswa**

Tampak pada gambar 7 diatas grafik tersebut menunjukkan peningkatan dari pra tindakan ke siklus II sebesar 56%. Pada awalnya 25% menjadi 81%. Kondisi ini menunjukkan bahwa siklus II dapat dinyatakan berhasil dan terbukti penggunaan model bermain melempar ke berbagai sasaran dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar rounders siswa kelas V SDN Dengok 1 UPT TK dan SD Kecamatan Playen Gunungkidul. Dengan adanya peningkatan hasil belajar yang diperoleh siswa tersebut menunjukkan fakta bahwa penggunaan model bermain melempar ke berbagai sasaran dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar rounders.

Dari hasil penelitian terdapat 3 siswa (19%) yang belum memenuhi batas KKM atau tuntas. Hal ini dikarenakan pada saat pelaksanaan penelitian ada satu siswa yang sedang sakit tetapi memaksa untuk mengikut pembelajaran. Guru sudah mengingatkan tetapi siswa tetap ingin mengikuti seperti teman-temannya. Dua siswa mempunyai permasalahan pada indra penglihatannya yang kurang baik sehingga pada saat pembelajaran kurang maksimal karena jarak pandang tidak seperti teman lainnya.

Dengan demikian, hipotesis tindakan yang diajukan oleh peneliti bahwa jika siswa kelas V SDN Dengok 1 UPT TK dan SD Kecamatan Playen Gunungkidul Tahun Pelajaran 2014/2015 dipembelajaran penjas dengan pemberian model bermain melempar ke berbagai sasaran maka gerak dasar rounders siswa akan meningkat dapat dibuktikan.

Mengacu pada paparan data yang menggambarkan penerapan model bermain melempar ke berbagai sasaran dapat meningkatkan keterampilan



gerak dasar rounders di kelas V SDN Dengok 1 UPT TK dan SD Kecamatan Playen Gunungkidul, mengalami peningkatan. Secara umum, penerapan model bermain melempar ke berbagai sasaran dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar rounders di SDN Dengok 1 UPT TK dan SD Kecamatan Playen Gunungkidul ditandai dengan:

- a. Pembelajaran lebih terpusat pada siswa dan lebih bersifat konstruktivistik.
- b. Situasi pembelajaran terasa lebih kondusif.
- c. Dalam proses pembelajaran siswa tampak aktif.
- d. Pemahaman siswa terhadap materi teknik dasar melempar dalam pembelajaran rounders secara sederhana menjadi meningkat.
- e. Suasana belajar dan pembelajarannya juga terkesan menyenangkan.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Hasil dari penelitian ini dapat disimpulkan seperti di bawah ini:

Pemberian Model Bermain Melempar ke Berbagai Sasaran telah berhasil meningkatkan keterampilan siswa tentang gerak dasar melempar dalam pembelajaran ronders, mencapai 56% dari semula 25% menjadi 81%.

#### **B. Keterbatasan Penelitian**

Penelitian ini telah dilaksanakan dengan seksama, Tetapi masih ada keterbatasan, antara lain :

1. Keadaan fasilitas lapangan serta perlengkapan yang masih kurang baik, meskipun sudah disiapkan sebaik-baiknya
2. Keterbatasan peneliti dalam pembuatan media

#### **C. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah di ambil, saran yang dapat peneliti sampaikan adalah:

1. Mengingat pelaksanaan siklus pada penelitian ini baru berjalan dua kali, siklus berikutnya diharapkan dapat berlanjut untuk mendapat temuan yang lebih signifikan.
2. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini masih merupakan instrumen yang tingkat validitasnya belum memuaskan, untuk berikutnya dapat menggunakan instrumen yang lebih standar.

3. Bagi peneliti lain dapat menggunakan model bermain melempar ke berbagai sasaran jika menemui latar belakang yang sama.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agus Mahendra. (2008). *Permainan Anak dan Aktifitas Ritmik*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Aip Syaripuddin. (1992). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pengembangan Lembaga pendidikan Tenaga Kependidikan.
- Am.Bandi Utama. (2012). *Teori Bermain*. Yogyakarta.
- Aris Fajar Pambudi. *Permainan Target*. Diunduh dalam ([http://id.staff.uny.ac.id/sites/default/files/PERMAINAN% 20 TARGET% 20TgU](http://id.staff.uny.ac.id/sites/default/files/PERMAINAN%20TARGET%20TgU)). Diakses tanggal 11 Agustus 2015 pukul 20.26 WIB.
- Dadan Haryana, Giri Verianti. (2010). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Pusat Perbukuan Kementrian Pendidikan Nasional.
- Depdikbud. (1993). *Kurikulum 1993: Standar Kompetensi Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar dan Madrasah Ibtidaiyah*. Jakarta: Pusat Kurikulum Balitbang Departemen Pendidikan Nasional
- Depdiknas. (2003). *Kurikulum 2004: Standar Kompetensi Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar dan Madrasah Ibtidaiyah*. Jakarta: Pusat Kurikulum Balitbang Departemen Pendidikan Nasional.
- Depdiknas. (2003). *Kurikulum 2004: Standar Kompetensi Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar dan Madrasah Ibtidaiyah*. Jakarta: Pusat Kurikulum Balitbang Departemen Pendidikan Nasional.
- Dick dan Carey. (1990). *Strategi Pembelajaran*. Diakses dari <http://gurukreatif.wordpress.com/2008/10/17/workshop-handwriting/>. Pada tanggal 30 April 2015, jam 21.06 WIB.
- Endang Susilaningsih, Nazirman & Genikarsa. (1989). *Pendidikan Jasmani 4*. Jakarta: PT. Intan Pariwara.
- Herman Subarjah. (2007). *Permainan Kecil di Sekolah Dasar*. Jakarta: Universitas Terbuka
- Mochamad Djumidar A. Wijaya. (2004). *Dasar-Dasar Atletik*. Jakarta: Universitas Terbuka.

- Novi Safitri. (2009). Peningkatan Kemampuan Melempar Bola Kasti dengan Bermain pada Siswa Kelas IV SDN Cikembulan Kecamatan Pakuncen. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY.
- Nur Susanto. (2003). Peningkatan Kemampuan Melempar dengan Metode Bermain pada Siswa Kelas V SDN Weroharjo Kecamatan Eromoko Kabupaten Wonogiri. Skripsi. Yogyakarta. FIK UNY.
- Pengertian Pembelajaran. Diunduh dalam <http://id.Wikipedia.org/wiki/pembelajaran>. Diakses tanggal 12 mei 2015 pukul 20.30 WIB.
- Roji. (2007). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan untuk SMP*. Jakarta: Erlangga.
- Saidiharjo. (2004). *Pengembangan Kurikulum Ilmu Pengetahuan Sosial*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Samsudin. (2009). *Pemanfaatan Lingkungan dalam Pembelajaran Penjas*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- S. Malangjoedo DK. (1953). *Bersenam dan Permainan*. Jakarta: N. V. Poesaka Aseli.
- Soedarminto dan Soeparman. (1993). *Pengajaran Permainan di Sekolah Dasar*. Jakarta: Depdikbud Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Direktorat Pendidikan Dasar.
- Sugihartono, dkk. (2007). *Psikologi Pendidikan*. Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Suharsimi Arikunto. (2012). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara
- Syamsir Aziz. (2005) *Pembelajaran Permainan Kecil*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Direktorat Tenaga Pendidikan.
- Tisnowati dan Moekarto. (2005). *Permainan Bola Kecil Sekolah Dasar/ Madrasah*. Jakarta: Pusat Perbukuan Kementrian Pendidikan Nasional.
- Toeti Soekamto. (1996). *Teori Belajar dan Model-model Pembelajaran*. Jakarta: Depdikbud.
- Toto Subroto. (2008). *Strategi Pembelajaran Penjas*. Jakarta: Universitas Terbuka

- Udin S. WinataPutra, dkk. (1997). *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Proyek Peningkatan Mutu Guru Kelas SD Setara D-II.
- Vina Sanjana. (2010). *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan*. Jakarta: Kencana.
- Wagino, dkk. (2010). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas 2*. Jakarta: Pusat Perbukuan Kementrian Pendidikan Nasional.
- Winarto Uno. (2009). *Perencanaan Pembelajaran*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.

# LAMPIRAN

## Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian dari Fakultas



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**  
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta, Telp.(0274) 513092 psw 255

Nomor : 184/UN.34.16/PP/2015  
Lamp. : 1 Eks.  
Hal : Permohonan Ijin Penelitian

13 Maret 2015

Yth : Gubernur Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta  
cq. Kepala Biro Administrasi Pembangunan  
Setda. Provinsi DIY  
Jl. Malioboro, Yogyakarta

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan ijin penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta :

Nama : Dwi Suryanto  
NIM : 13604227013  
Program Studi : S1 PGSD Penjas

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : Maret s.d April 2015  
Tempat/obyek : SD Negeri Dengok I  
Judul Skripsi : Meningkatkan Kemampuan Melempar Dalam Pembelajaran Rounders Dengan Bermain Penembak Jitu Bagi Siswa Kelas 5 SD Negeri Dengok I Kecamatan Playen

Demikian surat ijin penelitian ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S.  
NIP. 19600824 198601 1 001

Tembusan :  
1. Kepala Sekolah SD N Dengok I  
2. Kaprodi. S1 PGSD Penjas  
3. Pembimbing TAS  
4. Mahasiswa ybs.



## Lampiran 2. Surat Ijin dari Sekda DIY

operator2@yahoo.com



**PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA**  
**SEKRETARIAT DAERAH**  
Kompleks Kepatihan, Danurejan, Telepon (0274) 562811 - 562814 (Hunting)  
YOGYAKARTA 55213

---

**SURAT KETERANGAN IJIN**  
070 /Reg / VI / 778 /3 /2015

Membaca Surat : **DEKAN FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA** Nomor : **184/UN.34.16/PP/2015**

Tanggal : **13 Maret 2015** Perihal : **Ijin Penelitian**

Mengingat :

1. Peraturan Pemerintah Nomor 41 Tahun 2006 tentang Perizinan bagi Perguruan Tinggi Asing, Lembaga Penelitian dan Pengembangan Asing, Badan Usaha Asing dan Orang Asing dalam Melakukan Kegiatan Penelitian dan Pengembangan di Indonesia;
2. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 20 Tahun 2011 tentang Pedoman Penelitian dan Pengembangan di Lingkungan Kementerian Dalam Negeri dan Pemerintah Daerah;
3. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 37 tahun 2008 tentang Rincian Tugas dan Fungsi Satuan Organisasi di Lingkungan Sekretariat Daerah dan Sekretariat Dewan Perwakilan Rakyat Daerah;
4. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 18 Tahun 2009 tentang Pedoman Pelayanan Perizinan, Rekomendasi Pelaksanaan Survei, Penelitian, Pendataan, Pengembangan, Pengkajian dan Studi Lapangan di Daerah Istimewa Yogyakarta.

DIJIJINKAN untuk melakukan kegiatan survei/penelitian/pendataan/pengembangan/pengkajian/studi lapangan kepada:

Nama : **DWI SURYANTO** NIP/NIM : **13604227013**

Alamat : **FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN, PGSD PENJAS, UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

Judul : **MENINGKATKAN KEMAMPUAN MELEMPAR DALAM PEMBELAJARAN ROUNDERS DENGAN BERMAIN PENEMBAK JITU BAGI SISWA KELAS 5 SD NEGERI DENGOK I KECAMATAN PLAYEN**

Lokasi : **DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAHRAGA DIY**

Waktu : **26 Maret 2015 s/d 26 Juni 2015**

Dengan Ketentuan:

1. Menyerahkan surat keterangan/ijin survei/penelitian/pendataan/pengembangan/pengkajian/studi lapangan \*) dari Pemerintah Daerah DIY kepada Bupati/Walikota melalui institusi yang berwenang mengeluarkan ijin dimaksud;
2. Menyerahkan softcopy hasil penelitiannya baik kepada Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta melalui Biro Administrasi Pembangunan Setda DIY dalam bentuk compact disk (CD) maupun mengunggah (upload) melalui website : [adbang.jogjaprov.go.id](http://adbang.jogjaprov.go.id) dan menunjukkan naskah cetakan asli yang sudah disahkan dan dibubuhi cap institusi;
3. Ijin ini hanya dipergunakan untuk keperluan ilmiah, dan pemegang ijin wajib menataati ketentuan yang berlaku di lokasi kegiatan;
4. Ijin penelitian dapat diperpanjang maksimal 2 (dua) kali dengan menunjukkan surat ini kembali sebelum berakhir waktunya setelah mengajukan perpanjangan melalui website : [adbang.jogjaprov.go.id](http://adbang.jogjaprov.go.id);
5. Ijin yang diberikan dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila pemegang ijin ini tidak memenuhi ketentuan yang berlaku.

Dikeluarkan di Yogyakarta  
Pada tanggal **26 Maret 2015**

An. Sekretaris Daerah  
Asisten Perencanaan dan Pengembangan  
Kepala Biro Administrasi Pembangunan



**SETDA**  
Dra. Puji Astuti, M.Si  
NIP. 19590526-196503 2 006

**Tembusan:**

1. Yth. Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta (sebagai laporan)
2. Ka. Dinas Pendidikan Pemuda dan Olah Raga DIY
3. Bupati Gunungkidul cq.KPPTSP
4. DEKAN FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
5. Yang bersangkutan

### Lampiran 3. Surat Ijin dari Pemerintah Kabupaten Gunungkidul

	
<b>PEMERINTAH KABUPATEN GUNUNGKIDUL</b>	
<b>KANTOR PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU</b>	
Alamat : Jl. Brigjen. Katamsno No.1 Wonosari Telp. 391942 Kode Pos : 55812	
<b><u>SURAT KETERANGAN / IJIN</u></b>	
Nomor : 362/KPTS/III/2015	
Membaca	: Surat dari Sekretariat Daerah, Nomor : 070/REG/V/778/3/2015 , hal : Izin Penelitian
Mengingat	: 1. Keputusan Menteri dalam Negeri Nomor 9 Tahun 1983 tentang Pedoman Pendataan Sumber dan Potensi Daerah; 2. Keputusan Menteri dalam Negeri Nomor 61 Tahun 1983 tentang Pedoman Penyelenggaraan Pelaksanaan Penelitian dan Pengembangan di lingkungan Departemen Dalam Negeri; 3. Surat Keputusan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 38/12/2004 tentang Pemberian Izin Penelitian di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta;
Dijinkan kepada	:
Nama	: DWI SURYANTO NIM : 13604227013
Fakultas/Instansi	: Ilmu Olahraga (FIK) / UNY
Alamat Instansi	: Karangmalang Yogyakarta
Alamat Rumah	: Siraman 3, 06/03 Siraman Wonosari
Keperluan	: Ijin Penelitian Dengan Judul: "MENINGKATKAN KEMAMPUAN MELEMPAR DALAM PEMBELAJARAN ROUNDERS DENGAN BERMAIN PENEMBAK JITU BAGI SISWA KELAS 5 SD NEGERI DENGOK 1 KECAMATAN PLAYEN"
Lokasi Penelitian	: SD N Dengok 1 Kecamatan Playen Kabupaten Gunungkidul
Dosen Pembimbing	: Drs. Sridadi, M.Pd
Waktunya	: Mulai tanggal : 26/03/2015 sd. 26/06/2015
Dengan ketentuan	:
Terlebih dahulu memenuhi/melaporkan diri kepada Pejabat setempat (Camat, Lurah/Kepala Desa, Kepala Instansi) untuk mendapat petunjuk seperlunya.	
1. Wajib menjaga tata tertib dan mentaati ketentuan-ketentuan yang berlaku setempat	
2. Wajib memberi laporan hasil penelitiannya kepada Bupati Gunungkidul (cq. BAPPEDA Kab. Gunungkidul).	
3. Ijin ini tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kestabilan pemerintah dan hanya diperlukan untuk keperluan ilmiah.	
4. Surat ijin ini dapat diajukan lagi untuk mendapat perpanjangan bila diperlukan.	
5. Surat ijin ini dibatalkan sewaktu-waktu apabila tidak dipenuhi ketentuan-ketentuan tersebut diatas. Kemudian kepada para Pejabat Pemerintah setempat diharapkan dapat memberikan bantuan seperlunya.	
Dikeluarkan di : Wonosari Tanggal : 26 Maret 2015 An. BUPATI GUNUNGKIDUL KEPALA  Drs. AZIS SALEH NIP. 19660603 198602 1 002	
<b><u>Tembusan disampaikan kepada Yth.</u></b>	
1. Bupati Kab. Gunungkidul (Sebagai Laporan) ;	
2. Kepala BAPPEDA Kab. Gunungkidul ;	
3. Kepala Kantor KESBANGPOL Kab. Gunungkidul ;	
4. Kepala Dinas Pendidikan Pemuda dan Olahraga Kab. Gunungkidul ;	
5. Kepala SD Negeri Dengok 1 Kec. Playen Kab. Gunungkidul ;	
6. Arsip.	

#### Lampiran 4. Surat Keterangan Penelitian dari SD Negeri Dengok I



PEMERINTAH KABUPATEN GUNUNGKIDUL  
DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA DAN OLAHRAGA  
UPT TK DAN SD KECAMATAN PLAYEN  
SD NEGERI DENGOK I  
Alamat : Dengok 1, Dengok, Playen, Gunungkidul. Kode Pos 55861  
Email : [sdn\\_dengok1@yahoo.co.id](mailto:sdn_dengok1@yahoo.co.id)

#### SURAT KETERANGAN

NO. 134 / SDDNG1/V/2015

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Rini Krismiyati, S.Pd. SD  
NIP : 19611018 198303 2 011  
Jabatan : Kepala SD Negeri Dengok 1

Dengan ini menerangkan:

Nama : Dwi Suryanto  
NIP : -  
Alamat : Siraman III, RT 06,RW.03, Siraman,Wonosari, Gunungkidul  
Program Studi : S1 PGSD Penjas  
NIM : 13604227013

Adalah benar yang bersangkutan telah melakukan penelitian tindakan kelas untuk tugas akhir setudi bulan maret s/d april 2015 di SD Negeri Dengok 1 UPT TK dan SD Kecamatan Kabupaten Gunungkidul.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Playen, 30 April 2015

Kepala Sekolah

Rini Krismiyati, S.Pd.SD

NIP. 19611018 198303 2 011

## Lampiran 5. Biodata Kulabulator

### Biodata Kulabulator 1

Nama : Pendi Apriyaanto, S.Pd  
NIP : -  
Alamat : Ngeposari, Semanu, Gunungkidul  
Unit Kerja : SD Kanisius Bandung UPT TK dan SD Kec.Playen  
Jabatan : Guru Penjas



Playen, 31 Maret 2015

Kulabulator

Pendi Apriyanto, S.Pd

### **Biodata Kulabulator 2**

Nama : Dhewa Leo Pramana, S.Pd  
NIP : -  
Alamat : Nogosari, Bandung, Playen, Gunungkidul  
Unit Kerja : SD Negeri Playen 5 UPT TK dan SD Kec.Playen  
Jabatan : Guru Penjas



Playen, 31 Maret 2015

Kulabulator

Dhewa Leo Pramana, S.Pd

**Lampiran 6. Data Hasil Hasil Observasi Kelas terhadap Guru oleh Kulabulator**

**Hasil Lembar Observasi Kelas Terhadap Guru Dalam Pembelajaran**

No	Aspek-aspek yang Diamati	Skor			
		1	2	3	4
<b>I.</b>	<b>PENDAHULUAN</b>				
1.	Membariskan siswa dan memimpin berdoa			√	
2.	Memeriksa kesiapan siswa			√	
3.	Melakukan kegiatan apersepsi			√	
4.	Menyampaikan tujuan pembelajaran			√	
<b>II.</b>	<b>PEMANASAN</b>				
1.	Memberikan pemanasan berupa penguluran			√	
2.	Memberikan pemanasan dalam bentuk permainan yang mengarah pada materi pembelajaran			√	
<b>III.</b>	<b>KEGIATAN INTI PEMBELAJARAN</b>				
1.	Menyampaikan tujuan yang akan dicapai dalam pembelajaran				√
2.	Memberikan penjelasan sebelum siswa melakukan gerakan			√	
3.	Memberikan koreksi terhadap gerakan yang dilakukan siswa			√	
4.	Memberi kesempatan yang sama kepada para siswa untuk melakukan gerakan			√	
5.	Memberikan kegiatan yang aman dan menyenangkan				√
6.	Menggunakan metode pembelajaran dari yang mudah ke yang sulit			√	
7.	Menggunakan metode pembelajaran dari yang sederhana ke kompleks			√	
8.	Memberikan evaluasi secara keseluruhan				√
<b>IV.</b>	<b>KEGIATAN PENUTUP</b>				
1.	Kegiatan pendinginan menggunakan metode bermain				√
2.	Menyampaikan inti pembelajaran yang telah dilakukan				√
3.	Memberikan perintah untuk mencuci tangan dan kaki			√	
4.	Memberikan perintah untuk berganti dan merapikan pakaian			√	
5.	Memberikan kesempatan untuk mempersiapkan pelajaran berikutnya				√
6.	Menutup kegiatan pembelajaran dengan berbaris dan berdoa				√
Jumlah		67			

Skor = 83,75

Uraian=.....baik.....

Mengetahui  
Kulabulator

Playen, 9 April 2015  
Guru Penjas

Dewa Leo Permana, S.Pd

Dwi Suryanto

### Hasil Observasi Kelas Terhadap Guru Dalam Pembelajaran

No	Aspek-aspek yang Diamati	Skor			
		1	2	3	4
<b>I.</b>	<b>PENDAHULUAN</b>				
1.	Membariskan siswa dan memimpin berdoa				√
2.	Memeriksa kesiapan siswa			√	
3.	Melakukan kegiatan apersepsi			√	
4.	Menyampaikan tujuan pembelajaran			√	
<b>II.</b>	<b>PEMANASAN</b>				
1.	Memberikan pemanasan berupa penguluran				√
2.	Memberikan pemanasan dalam bentuk permainan yang mengarah pada materi pembelajaran				√
<b>III.</b>	<b>KEGIATAN INTI PEMBELAJARAN</b>				
1.	Menyampaikan tujuan yang akan dicapai dalam pembelajaran				√
2.	Memberikan penjelasan sebelum siswa melakukan gerakan				√
3.	Memberikan koreksi terhadap gerakan yang dilakukan siswa				√
4.	Memberi kesempatan yang sama kepada para siswa untuk melakukan gerakan			√	
5.	Memberikan kegiatan yang aman dan menyenangkan				√
6.	Menggunakan metode pembelajaran dari yang mudah ke yang sulit				√
7.	Menggunakan metode pembelajaran dari yang sederhana ke kompleks				√
8.	Memberikan evaluasi secara keseluruhan				√
<b>IV.</b>	<b>KEGIATAN PENUTUP</b>				
1.	Kegiatan pendinginan menggunakan metode bermain				√
2.	Menyampaikan inti pembelajaran yang telah dilakukan				√
3.	Memberikan perintah untuk mencuci tangan dan kaki			√	
4.	Memberikan perintah untuk berganti dan merapikan pakaian			√	
5.	Memberikan kesempatan untuk mempersiapkan pelajaran berikutnya				√
6.	Menutup kegiatan pembelajaran dengan berbaris dan berdoa				√
Jumlah		74			

Skor = 92,5

Uraian= .....Sangat Baik.....

Mengetahui  
Kulabulator

Playen, 23 April 2015  
Guru Penjas

Pendi Apriyanto, S.Pd

Dwi Suryanto

**Data Hasil Ketuntasan dalam pembelajaran Rounders Pratindakan**

**. Hasil ketuntasan belajar siswa tentang gerak dasar rounders  
pra tindakan**

No	Nama Siswa	Penilaian			Jml	Rata-rata Nilai	Ket
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1	Sample 1	65	63	70	198	66,00	Belum Tuntas
2	Sample 2	75	75	80	230	76,67	Tuntas
3	Sample 3	60	63	70	193	64,33	Belum Tuntas
4	Sample 4	55	75	90	220	73,33	Belum Tuntas
5	Sample 5	65	75	80	220	73,33	Belum Tuntas
6	Sample 6	55	63	70	188	62,67	Belum Tuntas
7	Sample 7	70	69	80	219	73,00	Belum Tuntas
8	Sample 8	60	69	60	189	63,00	Belum Tuntas
9	Sample 9	80	69	60	209	69,67	Belum Tuntas
10	Sample 10	60	69	80	209	69,67	Belum Tuntas
11	Sample 11	70	69	60	199	66,33	Belum Tuntas
12	Sample 12	70	69	80	219	73,00	Belum Tuntas
13	Sample 13	60	69	80	209	69,67	Belum Tuntas
14	Sample 14	80	75	80	235	78,33	Tuntas
15	Sample 15	70	69	70	209	69,67	Belum Tuntas
16	Sample 16	60	63	60	183	61,00	Belum Tuntas
<b>Jumlah</b>						<b>1109, 67</b>	
<b>Rata-rata</b>						<b>69, 35</b>	

Mengetahui  
Kulabulator

Playen, 2 April 2015  
Guru Penjas

Pendi Apriyanto, S.Pd

Dwi Suryanto

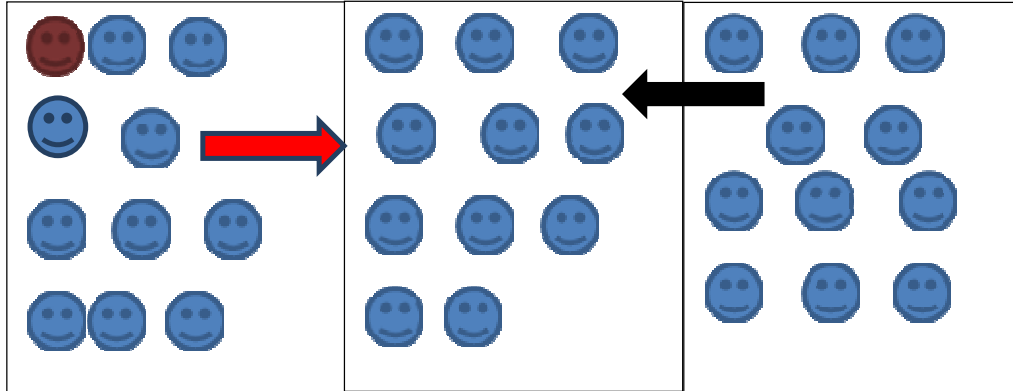


## Lampiran 7. Bentuk-Bentuk Bermain Melempar Keberbagai Sasaran

### 1. PERMAINAN MELEMPAR DAN MENGELAK

Jumlah Pemain	: Tidak terbatas
Tempat	: Lapangan atau halaman
Alat yang digunakan	: 1-2 buah bola karet seukuran bola tangan
Tujuan permainan	: Akurasi lemparan
Formasi	: Bebas menyebar dalam ruangan terbatas

Anak dibagi menjadi tiga regu dan ditempatkan didalam lapangan yang berbentuk kotak, yang terdiri dari tiga ruangan. Setiap regu menempati ruangan masing-masing ruangan, dengan tugas yang berbeda. Regu pertama dan kedua menempati ruangan yang paling ujung, dengan tugas menambah anggota kelompoknya dengan cara melempar kaki pemain yang ditengah. Sedangkan regu tiga berada menempati ruangan yang ditengah dan bersiap-siap untuk dilempari dari kedua arah dan diperebutkan keanggotaanya. Peraturan yang dikenakan adalah, peserta yang di tengah harus dikenakan kakinya dengan lemparan bola, dan harus bergabung dengan regu yang berhasil melemparnya.



Cara bermain:

Dengan bola ada pada salah satu regu, lemparkan bola kearah anak yang berada ditengah, dengan sasaran bagian kaki anak. Anak yang dilempar harus berusaha menghindari dengan cara melompat atau bergeser kearah lain. Jika anak yang di tengah berhasil dikenai ketika dilempar pada kakinya, anak tersebut harus berpindah ke regu yang berhasil melemparnya. Demikian permainan berlangsung hingga semua anak yang di tengah habis dan

berpindah tempat. Regu yang berhasil mengumpulkan anggota baru leebih banyak , dianggap regu yang menang.

Variasi :

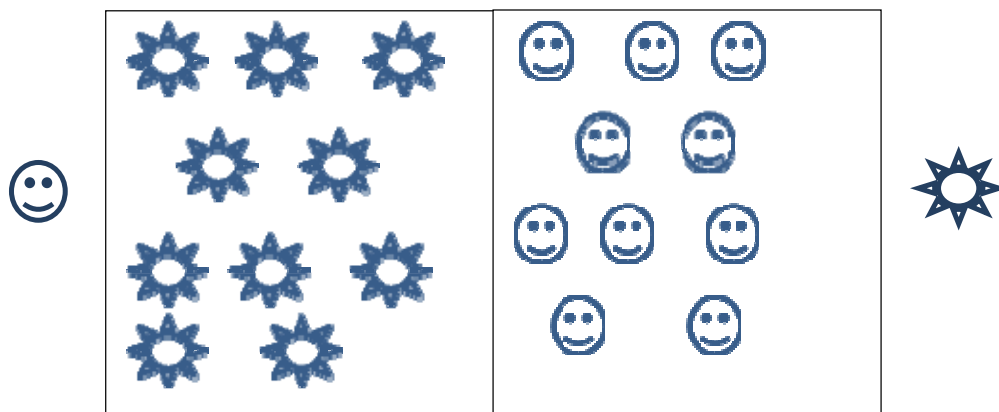
Untuk meningkatkan kemeriahan permaian ini, bola bisa ditambah secara bertahap. Misalnya , pertama satu bola yang dipakai kedua regu, kemudian dengan dua bola, tiga bola, dan empat bola. Jika bola yang digunakan tertahan di ruang tengah maka disearahkan pada anak- anak yang di tengah, mau diberikan kemana.

## 2. PERMAINAN BOLA BATAS

Jumlah pemain	: tidak terbatas
Tempat	: Lapangan atau halaman
Alat yang digunakan	: 1-2 buah bola karet seukuran bola tangan
Tujuan permainan	: Akurasi lemparan
Formasi	: Bebas menyebar dalam ruangan terbatas

Permainan ini berlangsung, seperti permainan melempar dan mengelak. Hanya berbeda jumlah regu, yaitu dengan menghadapkan 2 regu untuk saling bertanding.

Anak dibagi menjadi dua regu yang sama banyak untuk saling berhadapan. Setiap regu menempati masing-masing sisi lapangan yang telah disediakan. Dari setiap regu tersebut, ditugaskan satu orang pelempar luar yang harus berdiri di luar lapangan di belakang regu lawannya.



Cara bermain :

Setelah diadakan undian untuk menentukan regu mana yang memegang bola dan memulai lemparan pertama, setiap regu berusaha saling melempar

regu lawannya dengan bola ke arah bagian kaki dan yang dilempar berusaha menghindari atau menangkap bola yang datang. Bahkan jika disepakati bersama, bola boleh ditangkis oleh tangan. Jika kena lemparan, seorang pemain harus keluar dari kotaknya dan bergabung dengan pelempar luar dari regunya sendiri, di sekitar lapangan lawan. Meskipun sudah diluar, mereka berhak membantu regunya sendiri, dengan cara ikut melempar regu lawan dari luar. Bahkan memiliki kebebasan yang lebih leluasa karena dapat melempar dari belakang atau dari kedua sisi samping.

Jika bola ke luar lapangan maka bola milik pemain pelempar luar atau pemain yang sudah diluar, sesuai wilayahnya. Itulah saatnya mereka memiliki hak untuk melempar lawan, untuk mencoba mengenai kaki lawan dengan bola. Beri pula dorongan kepada setiap regu untuk memanfaatkan pemain yang sudah diluar untuk bekerjasama, dan memaksa siswa untuk terus bergerak kedepan dan belakang lapangan, dengan cara mengoper bola antara pemain dalam dan pemain luar.

Tugas dari masing-masing regu adalah menghabiskan pemain lawan dari lapangan maka regu yang berhasil membuat lawan-lawannya keluar semua dari lapangan dinyatakan sebagai pemenang.

Untuk menambah tingkat kesulitan dari permainan ini dapat dilakukan dengan berbagai cara berikut

- a. Pemain luar yang berhasil menembak kaki lawannya, boleh masuk kembali kedalam lapangan.
- b. Anggota tubuh yang dapat dikenai oleh lemparan bola dapat diubah-ubah atau dipersempit secara bertahap. Misalnya bola yang memantul mengenai kaki dianggap sah, selanjutnya bola harus langsung mengenai kaki tidak boleh pantulan baru dianggap sah.
- c. Jika permainan menjadi lebih sulit dan menyebabkan permainan berlangsung lama, dapat menambahkan jumlah bola menjadi dua atau lebih.

### 3. MENGELUARKAN BOTOL AGUA DARI DALAM PETAKAN

Jumlah pemain	: Seluruh siswa dibagi kelompok, tiap kelompok 4 orang.
Tempat	: Lapangan atau halaman
Alat yang digunakan	: 1-2 buah bola karet, bola tenis. botol aqua
Tujuan permainan	: Akurasi lemparan

Formasi : Berbaris berbanjar ke belakang

Dua orang anak pada setiap regu berada pada daerah yang berlawanan dengan dua teman lainnya pada daerah yang berseberangan, di antara setiap regu diletakkan botol aqua bekas yang diisi air atau pasir, jarak botol dan besarnya petak disesuaikan oleh guru, yang tujuan kegiatan ini tidak terlalu mudah dan tidak pula terlalu sulit sehingga menggembirakan oleh anak-anak. setiap regu diberi dua buah bola tenis untuk melempar botol tersebut.

A X X X	B	X X X A
A X X X	B	X X X A
A X X X	B	X X X A
A X X X	B	X X X A

Cara Bermain :

Setiap regu berusaha mengeluarkan botol tersebut dari dalam petakannya dengan jalan melemparnya dari batas ruangnya, siapa yang berhasil duluan mengeluarkan botol dari petaknya maka mereka memperoleh nilai satu. Lama waktu permainan disesuaikan oleh guru.

Pengembangan Permainan

- Regu setiap anak dapat diubah disesuaikan dengan alat yang ada, begitu juga dengan jarak botol dan besarnya petak.
- Bola yang digunakan juga harus disesuaikan dengan kemungkinan permainan tidak membosankan.

#### 4. PELEMPAR JITU

Tujuan permainan : Ketepatan melempar

Jumlah peserta : Tiap kelas dibagi 2 regu

Alat yang dipakai : Bola bekas, bola tenis, kain, kertas

Lapangan : Bangsal atau lapangan

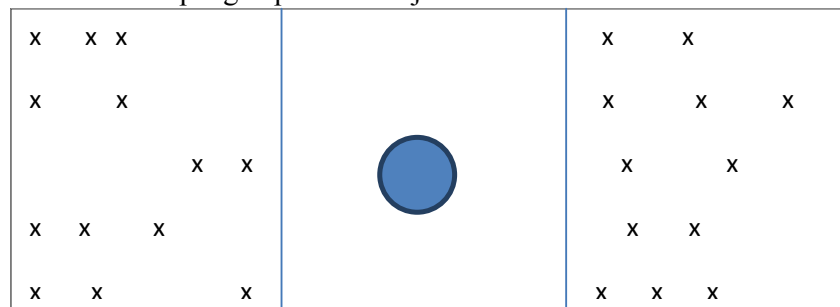
Permainan ini diawali dengan membagi siswa menjadi dua regu, masing-masing regu dibatasi dengan ruangan dan disediakan bola *medicine* (bola kaki yang diisi kertas atau kain). Bola pelempar yang sesuai diberikan sesuai jumlah siswa tiap regu.

Pelaksanaan permainan setiap regu berusaha melempar bola *medicine* masuk ke daerah lawan. Melempar bola dilakukan dari batas daerah masing-masing. Melempar bola tidak boleh melewati garis batas daerahnya. Regu yang menang adalah regu yang dapat memasukan bola *medicine* ke daerah lawan.

Permainan ini dapat dikembangkan dengan:

- Bola pelempar disesuaikan dengan bola *medicine*
- Bola *medicine* dapat diperbanyak, dan bola pelempar disesuaikan.
- Lama permainan disesuaikan oleh guru.

Gambar. lapangan penembak jitu



(Samsudin: 2009)

## 5. PERMAINAN : MENYERANG PERTAHANAN

Tujuan Permainan : Kekuatan Melempar

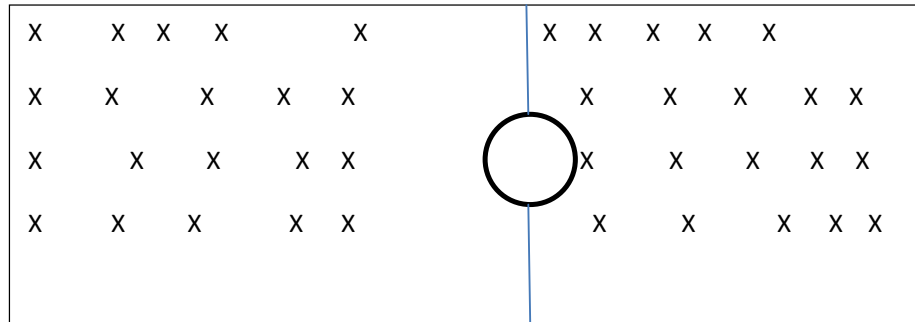
Jumlah Peserta : 10 Orang setiap pasangan kelompok

Alat yang dipakai : Bulu ayam ,Cok

Lapangan : Bangsal atau lapangan

a. Posisi Awal

Ada dua kelompok berhadapan, satu kelompok berada pada bagian lapangan kiri, dan satu kelompok lagi pada bagian lapangan kanan ( 5 orang setiap kelompok).



b. Pelaksanaan Permainan

Ketua kelompok diundi untuk melempar bulu ayam pertama pada daerah lawan. Setiap kelompok berusaha melempar bulu ayam sejauh mungkin ke daerah lawan, dan lawan menangkap bulu ayam yang di lempar di tempat dengan tidak mengubah posisi atau tempat menangkapnya. Setelah bulu ayam tertangkap ia berusaha untuk melemparnya pada daerah lawannya dengan sejauh-jauhnya. Contohnya salah seorang dari regu A mendapat kesempatan melemparkan bulu ayam ke daerah B. Anggota regu B tentu akan menangkap bulu ayam yang datang padanya, lalu ia juga akan melemparkan bulu sejauh mungkin ke daerah lawannya (regu A). Makin jauh setiap regu melemparkan bulu ayam, semakin jauh daerahnya. Jadi setiap regu berusaha melemparkan bulu ayam sejauh mungkin di daerah lawan dan mendesaknya sampai ke pinggir belakanggaris lawan. Pemenang adalah siapa yang dapat melemparkan bulu ayam melewati garis akhir dari daerah masing-masing.

c. Pengembangan Permainan

a. Agar permainan ini menarik, bulu ayam di tukar dengan bola plastik atau yang sesuai. Perlu di ingat bahwa bola yang di pakai diusahakan sekali atau dua kali lempar bagi anak dari tengah tidak akan melewati garis batas belakang.

b. Kalau lemparan anak kuat, dapat di buat aturan bahwa sebelum melempar harus mundur dahulu sebanyak beberapa langkah.

c. Jalan lain juga dapat dilakukan dengan melempar dengan tangan kiri

- d. Juga dapat dilakukan dengan melempar dengan membelakangi melalui kepala dan sebagainya. Waktu permainan dan peraturan lainnya dapat ditentukan oleh guru.

# SIKLUS I



**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
( RPP )**

**Sekolah** : SDN DENGOK I  
**Mata Pelajaran** : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
**Kelas/Semester** : V (lima) / 1 (satu)  
**Alokasi Waktu** : 4 x 35 menit

**A. Standar Kompetensi :**

- 1.1 Mempraktekkan gerak dasar ke dalam permainan sederhana dan olah raga serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya**

**B. Kompetensi Dasar :**

- 1.1 Mempraktekkan gerak dasar dalam permainan bola kecil sederhana dengan peraturan yang dimodifikasi, serta nilai kerjasama tim, sportifitas dan kejujuran**

**C. Indikator Pencapaian Kompetensi:**

1. Melambungkan bola
2. Melempar bola
3. Menangkap bola
4. Berlari
5. Bermain ronders

**D. Tujuan Pembelajaran**

1. Siswa dapat melakukan gerakan
  - a. Melambungkan bola
  - b. Melempar bola
  - c. Menangkap bola
  - d. Memukul bola
  - e. Berlari
2. Siswa dapat bermain ronders dengan peraturan yang sederhana atau dimodifikasi

- ❖ **Karakter siswa yang diharapkan :** Disiplin ( *Discipline* ), Tekun ( *diligence* ), Tanggung jawab ( *responsibility* ), Ketelitian ( *carefulness* ), Kerja sama ( *Cooperation* ), Toleransi ( *Tolerance* ), Percaya diri ( *Confidence* ), Keberanian ( *Bravery* )

#### **E. Materi Pembelajaran**

1. Permainan Rounders
  - a. Melambungkan bola
  - b. Melempar bola
  - c. Menangkap bola
  - d. Memukul bola
  - e. Berlari
2. Bermain rounders dengan peraturan yang sederhana atau dimodifikasi

#### **F. Metode Pembelajaran**

- a. Ceramah
- b. Demonstrasi
- c. Penugasan
- d. Latihan
- e. Tanya jawab

#### **G. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran**

##### **1. Kegiatan Awal:**

Dalam kegiatan Awal:

1. Siswa dibariskan menjadi tiga bersap
2. Guru memimpin berdoa
3. Guru melakukan presensi
4. Apersepsi dan memberikan motivasi
5. Penjelasan tujuan pembelajaran
6. Melakukan pemanasan: berburu rusa dan penguluran

##### **2. Kegiatan Inti:**

Dalam kegiatan eksplorasi:

- a. Menjelaskan dan memberi contoh bentuk-bentuk permainan yang akan dilakukan.
- b. Melakukan permainan menyerang pertahanan
  - 1) Siswa di bagi menjadi dua kelompok secara seimbang
  - 2) Kemudian setiap kelompok berada ditempatnya masing-masing.
  - 3) Setiap siswa memiliki kesempatan sekali melempar.

- 4) Diadakan undian untuk menentukan siapa yang pertama melakukan lemparan.
- 5) Regu pemunang diberi sebuah cok.
- 6) Regu pemenang adalah regu yang dapat melakukan lemparan didaerah lawan dan tidak dapat dikembalikan melewati garis tengah.
- c. Melakukan permainan mengeluarkan botol aqua dari dalam petakan.
  - 1) Siswa di bagi menjadi dua kelompok secara seimbang
  - 2) Kemudian setiap kelompok berada ditempatnya masing-masing.
  - 3) Setiap siswa memiliki kesempatan melempar berulang-ulang.
  - 4) Diadakan undian untuk menentukan siapa yang pertama melakukan lemparan.
  - 5) Botol aqua diletakan ditengah lapangan
  - 6) Regu pemenang yang paling banyakdapat mengeluarkan botol aqua dari dalam petakan.
- d. Melakuakan melempar dengan sasaran papan tulis yang ditempel kertas dengan angka.
- e. Menjelaskan dan mempraktekkan permainan raunders dengan peraturan sederhana dan modifikasi.

### **3. Kegiatan Penutup**

Dalam kegiatan penutup:

- a. Melakukan pendinginan
- b. Siswa diberbaris mendengarkan evaluasi dari materi yang telah dilakukan
- c. Memberikan pertanyaan yang berhubungan dengan materi
- d. Memperbaiki kesalahan atau kekurangan gerak-gerak yang dilakukan siswa
- e. Memberikan lembar soal
- f. Berdoa dan bubar

### **H. Alat dan Sumber Belajar**

- a. Buku Penjasorkes SD
- b. Buku referensi bermain rounders
- c. Lapangan terbuka
- d. Peluit
- e. Stop watch
- f. Botol aqua
- g. Cok
- h. Papan tulis
- i. Bola tenis
- j. Pemukul

k. Base

### I. Penilaian

1. Teknik Penilaian : Pengamatan dan tes tertulis
2. Prosedur Penilaian : Penilaian Proses dan penilaian Hasil akhir belajar

Aspek yang dinilai	Teknik Penilaian	Waktu penilaian	Bentuk Instrumen	Instrumen Penilaian
Semangat belajar: Cara berfikir, bertindak, Kerjasama, keaktifan	Pengamatan	Pertemuan 1	Uraian	Lembar Pengamatan
Pengetahuan dan pemahaman.	Tes praktik dan pengamatan	Akhir Pelajaran	-Penga- matan	Soal Ulangan harian •

### A. PENILAIAN UNJUK KERJA PERMAINAN ROUNDERS

ASPEK YANG DINILAI	KUALITAS GERAK			
	1	2	3	4
1. Melambungkan bola			√	
2. Melempar bola			√	
3. Menangkap bola			√	
4. Memukul bola				√
5. Berlari		√		
6. Bermain Rounders			√	
JUMLAH		2	12	4
RATA- RATA JUMLAH SKOR	3			

### B. Lembar Pengamatan

No	Nama Siswa	Aspek Yang Dinilai											
		Kerjasama				Keaktifan				Keberania			
		<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>
				√			√						√

### C. Penilaian produk (hasil diskusi)

<u>Aspek Penilaian</u>	<u>Rubrik Penilaian/Kriteria</u>	<u>Skor</u>
KERJASAMA	• Jika siswa melakukan kerjasama untuk memecahkan masalah tanpa bimbingan	4
	• Jika siswa melakukan kerjasama untuk memecahkan masalah dengan bimbingan guru	3
	• Jika siswa melakukan kerjasama untuk memecahkan masalah dengan paksaan guru	2
	• Jika siswa pasif	1
KEAKTIFAN	• Jika siswa aktif melaksanakan tugas tanpa perintah guru	4
	• Jika siswa aktif melakukan tugas dengan perintah guru	3
	• Jika siswa aktif melaksanakan tugas semaunya sendiri	2
	• Jika siswa pasif	1
KEBERANIAN	• Jika siswa mengajukan pendapat tanpa perintah guru	4
	• Jika siswa menhajikan pendapat dengan perintah guru	3
	• Jika sisewa mengajukan pendapat dengan dorongan teman	2
	• Jika siswa pasif	1

#### D. LEMBAR PENILAIAN

No	Nama Siswa	Pengamatan			Produk	Jumlah Skor	Nilai
		Kerjasama	Keaktifan	Keberanian			
1.		4	3	3		10	81
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							

**CATATAN :**

✎ *Nilai = ( Jumlah skor : jumlah skor maksimal ) X 10.*

✎ *Untuk siswa yang tidak memenuhi syarat penilaian KKM maka diadakan Remedial.*

Mengetahui,  
Kepala SDN DENGOK I

Playen, 9 April 2015  
Guru Mapel PENJAS

**RINI KRISMIYATI, S.Pd.SD**  
NIP. 19611018 198303 2 011

**DWI SURYANTO**  
NIP.

### Hasil ketuntasan belajar siswa tentang gerak dasar rounders

No	Nama Siswa	Penilaian			Jml	Rata-rata Nilai	Ket
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1	Sample 1	70	69	80	219	73,00	Belum Tuntas
2	Sample 2	75	75	80	230	76,67	Tuntas
3	Sample 3	65	69	70	204	68,00	Belum Tuntas
4	Sample 4	55	75	100	230	76,67	Tuntas
5	Sample 5	70	75	80	225	75,00	Tuntas
6	Sample 6	60	63	80	203	67,67	Belum Tuntas
7	Sample 7	70	69	80	219	73,00	Belum Tuntas
8	Sample 8	65	69	80	214	71,33	Belum Tuntas
9	Sample 9	80	69	80	229	76,33	Tuntas
10	Sample 10	65	69	80	214	71,33	Belum Tuntas
11	Sample 11	80	69	80	229	76,33	Tuntas
12	Sample 12	70	69	80	219	73,00	Belum Tuntas
13	Sample 13	65	69	80	214	71,33	Belum Tuntas
14	Sample 14	90	75	80	245	81,67	Tuntas
15	Sample 15	80	69	80	229	76,33	Tuntas
16	Sample 16	65	69	80	214	71,33	Belum Tuntas
<b>Jumlah</b>						<b>1179</b>	
<b>Rata-rata</b>						<b>73,69</b>	
<b>Jumlah siswa yang Tuntas</b>						<b>7</b>	<b>44 %</b>
<b>Jumlah siswa yang tidak tuntas</b>						<b>9</b>	<b>56 %</b>

Mengetahui  
Kulabulator

Playen, 9 April 2015  
Guru Penjas

Dewa Leo Permana, S.Pd

Dwi Suryanto

# SIKLUS II



**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
( RPP )**

**Sekolah** : SDN DENGOK I  
**Mata Pelajaran** : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan  
**Kelas/Semester** : V (lima) / 1 (satu)  
**Alokasi Waktu** : 4 x 35 menit

**Standar Kompetensi :**

- 1 Mempraktekkan gerak dasar ke dalam permainan sederhana dan olah raga serta nilai-nilai yang terkandung didalamnya**

**Kompetensi Dasar :**

- 1.1 Mempraktekkan gerak dasar dalam permainan bola kecil sederhana dengan peraturan yang dimodifikasi, serta nilai kerjasama tim, sportifitas dan kejujuran**

**A. Indikator Pencapaian Kompetensi:**

1. Melambungkan bola
2. Melempar bola
3. Menangkap bola
4. Bermain ronders

**B. Tujuan Pembelajaran**

1. Siswa dapat melakukan gerakan
  - a. Melambungkan bola
  - b. Melempar bola
  - c. Menangkap bola
  - d. Memukul bola
  - e. Siswa dapat bermain ronders dengan peraturan yang sederhana atau dimodifikasi

**C. Karakter siswa yang diharapkan :** Disiplin ( *Discipline* ),  
Tekun ( *diligence* ), Tanggung jawab ( *responsibility* ), Ketelitian ( *carefulness* ), Kerja sama ( *Cooperation* ), Toleransi ( *Tolerance* ), Percaya diri ( *Confidence* ), Keberanian ( *Bravery* )

#### **D. Materi Pembelajaran**

##### **1. Permainan Rounders**

- a. Melambungkan bola
- b. Melempar bola
- c. Menangkap bola
- d. Memukul bola
- e. Berlari
- f. Bermain rounders dengan peraturan yang sederhana atau dimodifikasi

#### **G. Metode Pembelajaran**

1. Ceramah
2. Demonstrasi
3. Penugasan
4. Latihan
5. Tanya jawab

#### **H. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran**

##### **1. Kegiatan Awal:**

Dalam kegiatan Awal:

- a. Siswa dibariskan menjadi tiga bersap
- b. Guru memimpin berdoa
- c. Guru melakukan presensi
- d. Apersepsi dan memberikan motivasi
- e. Penjelasan tujuan pembelajaran
- f. Melakukan pemanasan: berburu rusa dan penguluran

##### **2. Kegiatan Inti:**

- a. Menjelaskan dan memberi contoh bentuk-bentuk permainan yang akan dilakukan.
- b. Melakukan permainan Penembak jitu
  - 1) Siswa dibagi menjadi dua kelompok secara seimbang
  - 2) Kemudian setiap kelompok berada ditempatnya masing-masing.
  - 3) Lapangan permainan berbentuk seperti lapangan Voli
  - 4) Diadakan undian untuk menentukan siapa yang pertama melakukan lemparan.
  - 5) Bola yang diisi dengan kain diletakkan ditengah-tengah lapangan
  - 6) Setiap Kelompok diberi dua bola tenis sebagai peluru
  - 7) Setiap kelompok melempar bola yang ada ditengah dengan sekuat-kuatnya agar bola dapat menyebrang kedaerah lawan atau tidak masuk kedaerah sendiri
  - 8) Kelompok pemenang adalah kelompok yang dapat menyeberangkan bola kedaerah lawan.

- c. Melakukan permainan Bola Batas.
  - 1) Siswa di bagi menjadi dua kelompok secara seimbang
  - 2) Kemudian setiap kelompok berada ditempatnya masing-masing dan ada satu pemain diluar daerah lawan.
  - 3) Setiap siswa memiliki kesempatan melempar berulang-ulang.
  - 4) Diadakan undian untuk menentukan siapa yang pertama melakukan lemparan.
  - 5) Pemain lawan berusaha melempar mengenai kaki lawan.
  - 6) Pemain yang diluar dapat mengenai lawan diluar atau mengambilkan bola kemudian dikasihkan temannya yang ada didalam.
  - 7) Pemain yang kena menjadi pemain yang diluar dan memiliki hak untuk menyerang lawan dari luar.
  - 8) Regu pemenang yang paling cepak mengenai kaki lawan lawan dan pemain keluar dari lapangan.
- d. Melakukan permainan melempar dan mengelak.
  - 1) Siswa di bagi menjadi dua kelompok secara seimbang
  - 2) Kemudian setiap kelompok berada ditempatnya masing-masing.
  - 3) Setiap siswa memiliki kesempatan melempar berulang-ulang.
  - 4) Diadakan undian untuk menentukan siapa yang pertama melakukan lemparan.
  - 5) Pemain lawan berusaha melempar mengenai kaki lawan.
  - 6) Pemain yang kena menjadi pemain lawan .
  - 7) Regu pemenang yang paling cepak mengenai kaki lawan lawan dan regu yumlah peminnya paling banyak.
- e. Melakukan penilaian melempar dengan sasaran papan tulis yang ditempel kertas dengan angka.
- f. Menjelaskan dan mempraktekkan permainan rounders dengan peraturan sederhana dan modifikasi.

### 3. Kegiatan Penutup

Dalam kegiatan penutup:

- a. Melakukan pendinginan
- b. Siswa diberbaris mendengarkan evaluasi dari materi yang telah dilakukan
- c. Memberikan pertanyaan yang berhubungan dengan materi
- d. Memperbaiki kesalahan atau kekurangan gerak-gerak yang dilakukan siswa
- e. Memberikan lembar soal
- f. Berdoa dan bubar

### I. Alat dan Sumber Belajar

- 1. Buku Penjasorkes SD
- 2. Buku referensi bermain rounders
- 3. Lapangan terbuka

4. Peluit
5. Stop watch
6. Botol aqua
7. Cok
8. Papan tulis
9. Bola tenis
10. Pemukul
11. Base

#### J. Penilaian

1. Teknik Penilaian : Pengamatan dan tes tertulis
2. Prosedur Penilaian : Penilaian Proses dan penilaian Hasil akhir belajar

Aspek yang dinilai	Teknik Penilaian	Waktu penilaian	Bentuk Instrumen	Instrumen Penilaian
Semangat belajar: Cara berfikir, bertindak, Kerjasama, keaktifan	Pengamatan	Pertemuan 1	Uraian	Lembar Pengamatan
Pengetahuan dan pemahaman.	Tes praktik dan pengamatan	Akhir Pelajaran	-Penga- matan	Soal Ulangan harian <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1.ukuran lapangan Rounders</li> <li>• Panjang pemukul rounders</li> <li>•</li> </ul>

#### A. PENILAIAN UNJUK KERJA PERMAINAN ROUNDERS

ASPEK YANG DINILAI	KUALITAS GERAK			
	1	2	3	4

1.	Melambungkan bola			√	
2.	Melempar bola			√	
3.	Menangkap bola			√	
4.	Memukul bola				√
5.	Berlari		√		
6.	Bermain Rounders			√	
JUMLAH			2	12	4
RATA- RATA JUMLAH SKOR		3			

### B. Lembar Pengamatan

No	Nama Siswa	Aspek Yang Dinilai											
		Kerjasama				Keaktifan				Keberania			
		<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>
<u>1</u>	<u>Sample 1</u>			√			√						√

### C. Penilaian produk (hasil diskusi)

<u>Aspek Penilaian</u>	<u>Rubrik Penilaian/Kriteria</u>	<u>Skor</u>
KERJASAMA	• Jika siswa melakukan kerjasama untuk memecahkan masalah tanpa bimbingan	4
	• Jika siswa melakukan kerjasama untuk memecahkan masalah dengan bimbingan guru	3
	• Jika siswa melakukan kerjasama untuk memecahkan masalah dengan paksaan guru	2
	• Jika siswa pasif	1
KEAKTIFAN	• Jika siswa aktif melaksanakan tugas	4

	tanpa perintah guru • Jika siswa aktif melakukan tugas dengan perintah guru • Jika siswa aktif melaksanakan tugas semaunya sendiri • Jika siswa pasif	3 2 1
KEBERANIAN	• Jika siswa mengajukan pendapat tanpa perintah guru • Jika siswa menhajikan pendapat dengan perintah guru • Jika sisewa mengajukan pendapat dengan dorongan teman • Jika siswa pasif	4 3 2 1

#### D. LEMBAR PENILAIAN

No	Nama Siswa	Pengamatan			Produk	Jumlah Skor	Nilai
		Kerjasama	Keaktifan	Keberanian			
1.	Sample 1	4	3	3		10	81
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							

#### CATATAN :

✎ *Nilai = ( Jumlah skor : jumlah skor maksimal ) X 10.*

✎ *Untuk siswa yang tidak memenuhi syarat penilaian KKM maka diadakan Remedial.*

Mengetahui,  
Kepala SDN DENGOK I

Playen, 23 April 2015  
Guru Mapel PENJAS

RINI KRISMIYATI, S.Pd.SD  
NIP. 19611018 198303 2 011

DWI SURYANTO  
NIP.

**Hasil ketuntasan belajar siswa tentang gerak dasar rounders Siklus II**

No	Nama Siswa	Penilaian			Jml	Rata-rata Nilai	Keterangan
		Psikomotor	Afektif	Kognitif			
1	Sample 1	75	81	80	236	78,67	Tuntas
2	Sample 2	85	88	90	263	87,67	Tuntas
3	Sample 3	65	75	80	220	73,33	Belum Tuntas
4	Sample 4	70	88	100	258	86,00	Tuntas
5	Sample 5	70	88	90	248	82,67	Tuntas
6	Sample 6	70	81	90	241	80,33	Tuntas
7	Sample 7	70	88	100	258	86,00	Tuntas
8	Sample 8	65	75	80	220	73,33	Belum Tuntas
9	Sample 9	85	81	90	256	85,33	Tuntas
10	Sample 10	75	81	90	246	82,00	Tuntas
11	Sample 11	80	75	90	245	81,67	Belum Tuntas
12	Sample 12	75	88	90	253	84,33	Tuntas
13	Sample 13	75	88	90	253	84,33	Tuntas
14	Sample 14	90	88	100	278	92,67	Tuntas
15	Sample 15	85	88	90	263	87,67	Tuntas
16	Sample 16	70	75	80	220	73,33	Belum Tuntas
<b>Jumlah</b>						<b>1319,33</b>	
<b>Rata-rata</b>						<b>82,46</b>	
						<b>13</b>	81%
						<b>3</b>	19%

Mengetahui  
Kulabulator

Playen, 23 April 2015  
Guru Penjas

Pendi Apriyanto, S.Pd

Dwi Suryanto

Lampiran 11. Dokumentasi



FOTO 1. GURU SEDANG MENYAMPAIKAN MATERI



FOTO 2. SISWA SEDANG MELAKUKAN PEMANASAN





FOTO 3. SISWA SEDANG MELAKUKAN PEMANASAN



FOTO 4. SISWA MELAKUKAN PERMAINAN PENEMBAK JITU



FOTO 5. SISWA SEDANG MELAKUKAN PERMAINAN MENGELUARKAN AQUA DALAM PETAKAN.



FOTO 6. SISWA MELAKUKAN PERMAINAN BOLA BATAS





FOTO 7. PAPAN UNTUK MELAKUKAN AKURASI LEMPARAN



FOTO 8. SISWA SEDANG MELAKUKAN PENILAIAN MELEMPAR



FOTO 9. SISWA SEDANG MELAKUKAN PENILAIAN MELEMPAR



FOTO 10. SISWA SEDANG MELAKUKAN PENILAIAN MELEMPAR





FOTO 11. GURU MEMIMPIN PENDINGINAN



FOTO 12. MENYAMPAIKAN HASIL PEMBELAJARAN



FOTO 13. GURU MEMBERIKAN EVALUSI MATERI YANG TELAH DILAKUKAN.



FOTO 14. GURU MEMIMPIN BERDOA DAN MEMBUBARKAN